



VYSOKÁ ŠKOLA BÁŇSKÁ – TECHNICKÁ UNIVERZITA OSTRAVA

EKONOMICKÁ FAKULTA

KATEDRA EKONOMICKEJ ŽURNALISTIKY

Život seniorov so zameraním na voľno-časové aktivity a mediálnu gramotnosť

The life of seniors with focus on free time activities and media literacy

Študent: Ľubomíra Honíšková

Vedúci bakalárskej práce: Ing. Jana Gibarti, Ph.D.

Ostrava 2014

VŠB - Technická univerzita Ostrava  
Ekonomická fakulta  
Katedra ekonomické žurnalistiky

## Zadání bakalářské práce

Student: **Ľubomíra Honíšková**

Studijní program: B6202 Hospodářská politika a správa

Studijní obor: 7202R020 Ekonomická žurnalistika

Téma: **Život seniorů se zaměřením na volno-časové aktivity a mediální gramotnost**  
**The Life of Seniors with Focus on Free Time Activities and Media Literacy**

Zásady pro vypracování:

1. Úvod
  2. Životní poměry seniorů v ČR
  3. Možnosti aktivního využití volného času a rozvoje mediální gramotnosti seniorů
  4. Využití řešené problematiky v žurnalistice
  5. Závěr
- Seznam použité literatury  
Seznam zkratk  
Prohlášení o využití výsledků bakalářské práce  
Seznam příloh  
Přílohy

Seznam doporučené odborné literatury:

DUFEK, Zdeněk a kol. *Senioři, nedejte se!* Brno: Joštova akademie - centrum celoživotního vzdělávání, 2012. 2. aktualiz. a rozšíř. vyd. 51 s. ISBN 978-80-904880-2-1.

MÚHLPACHR, Pavel a Miroslav BARGEL. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*. Brno: Institut mezioborových studií Brno, 2011. 146 s. ISBN 978-80-87182-21-5.

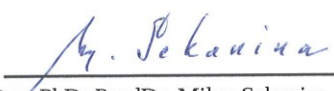
SAK, Petr a Karolína KOLESÁROVÁ. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012. 225 s. ISBN 978-80-247-3850-5.

Formální náležitosti a rozsah bakalářské práce stanoví pokyny pro vypracování zveřejněné na webových stránkách fakulty.


Vedoucí bakalářské práce: **Ing. Jana Gibarti, Ph.D.**

Datum zadání: 22.11.2013

Datum odevzdání: 09.05.2014

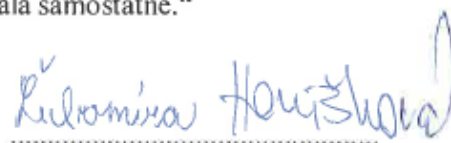
  
Doc. PhDr. PaedDr. Milan Sekanina, CSc.  
vedoucí katedry



  
prof. Dr. Ing. Dana Dluhošová  
děkanka fakulty

„Prehlasujem, že som celú prácu, vrátane príloh vypracovala samostatne.“

V Ostrave 5. 5. 2014



Lubomíra Honíšková

## **Pod'akovanie**

Moje pod'akovanie patrí Ing. Jane Gibarti, Ph.D. za odborné vedenie, trpezlivosť a ochotu, ktorú mi v priebehu spracovania bakalárskej práce venovala. Tak isto vďaka aj Mgr. Ivane Šulákovej za cenné rady a pomoc pri spracovaní žurnalistickej časti práce.

## OBSAH

1 ÚVOD .....	4
2 ŽIVOTNÉ POMERY SENIOROV V ČR .....	6
2.1 Starnutie a staroba .....	6
2.1.1 Vymedzenie pojmu staroba .....	7
2.2 Aktívne starnutie .....	8
2.2.1 Pozitívne starnutie a štát .....	9
2.3 Kvalita života seniorov .....	12
2.3.1 Seniori a voľnočasové aktivity .....	13
2.4 Diskriminácia seniorov v spoločnosti .....	15
2.4.1 Vymedzenie pojmu ageizmus .....	16
2.4.2 Ageizmus a médiá .....	17
2.4.3 Demografická panika .....	18
2.5 Mediálna gramotnosť .....	19
2.5.1 Modely života informačného veku .....	21
3 MOŽNOSTI AKTÍVNEHO VYUŽITIA VOĽNÉHO ČASU A ROZVOJA MEDIÁLNEJ GRAMTONOSTI SENIOROV .....	23
3.1 Možnosti aktívneho využitia voľného času seniorov v meste Ostrava .....	23
3.1.1 Kultúrne zariadenia pre seniorov v Ostrave .....	23
3.1.2 Kluby seniorov v Ostrave .....	26
3.2 Univerzity tretieho veku .....	27
3.3 Možnosti rozvoja mediálnej gramotnosti seniorov .....	28
3.4 Rozvoj mediálnej gramotnosti seniorov v kurze mediálnej výchovy .....	32
3.4.1 Teoretická základňa kurzu .....	33
3.4.2 Praktické vymedzenie kurzu .....	35
4 RIEŠENIE DANEJ PROBLEMATIKY V MÉDIÁCH .....	42
4.1 Úvodný článok .....	42
4.2 Interview .....	45
4.3 Anketa .....	47
4.4 Editorial .....	49
ZÁVER .....	51
ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY .....	53
PRÍLOHY .....	58

# 1 ÚVOD

Priemerná dĺžka dožitia obyvateľstva sa začína zvyšovať kvôli stále sa zlepšujúcim životným podmienkam. Na druhej strane však v dôsledku zmien v životných prioritách a postojoch dochádza k poklesu počtu narodených detí. Z týchto dôvodov nastáva vo vyspelejších krajinách sveta jav populačného starnutia, čo znamená zmenu demografických štruktúr, v ktorých sa zvyšuje podiel seniorov a znižuje sa podiel novorodencov a mládežníkov, pričom sa trend zdá byť trvalý. Spomínaný fenomén vystupuje ako nová výzva nielen pre ekonómov, politikov, lekárov či sociológov, ale pre mnoho ďalších zložiek spoločnosti. Čím ďalej tým častejšie sa táto problematika dostáva do povedomia práve vďaka médiám či aktuálnemu politickému diskurzu. Otázkou však zostáva, do akej miery takáto pozornosť samotným seniorom v štáte prospieva alebo na druhej strane naopak škodí.

Sú to práve seniori, ktorí sú podľa výskumov najčastejšími pravidelnými konzumentmi či už printových alebo elektronických médií. Práve preto by mala existovať možnosť, ako by nadobudli určitú úroveň mediálnej gramotnosti, čo im umožní prehliadnuť taktiky takzvaného strážneho psa demokracie a napomôže k autonómnym rozhodnutiam bez ovplyvňovania a manipulácie, tak isto ako zvýši hodnotu verejného bytia seniorov a ich povedomie o okolitom svete.

Mediálne vzdelávanie staršej generácie vedie k aktívnemu a kritickému prístupu k práci s médiami, ich využívaniu pre vlastný prospech a k rezistencii voči manipulačným obsahom. Širšie pole mediálnych znalostí a zručností seniorov posilňuje tendencie aktívnejšie tráviť voľný čas a naplno sa seberealizovať v spoločnosti. Doprovodným, avšak určite nie vedľajším efektom by sa mal stať pozitívnejší mediálny obraz a tak aj zhovievavejšie vnímanie tejto skupiny samotnou spoločnosťou.

V dnešnej dobe sa stáva akousi nutnosťou, aby sa široká verejnosť orientovala v základných mediálnych procesoch a došlo tak k sprehl'adneniu zákulisných procesov, ktoré sa tu odohrávajú. Predovšetkým tu hovoríme o zbere, triedení, selekciách a prezentáciách informácií podávaných spoločnosti. Presne tieto zručnosti by si mali osvojovať aj aktívni seniori.

Hlavným cieľom bakalárskej práce je zistiť a popísať úroveň životných pomerov seniorov v Českej republike nielen čo sa týka ekonomickej stránky ich života, ale najmä možnosti využitia svojho voľného času a rozvoja vlastnej osobnosti. Nemenej dôležitou úlohou práce je naznačiť dôležitosť rozvoja mediálnej gramotnosti u seniorov, analyzovať stav tejto gramotnosti v Českej republike s prihliadnutím na staršiu generáciu a príležitosti jej rozvoja a taktiež navrhnúť metódu, akou sa dá mediálna gramotnosť šíriť medzi staršou generáciou jednoduchým a efektívnym spôsobom.

Prvá kapitola analyzuje základné pojmy spojené s tematikou bakalárskej práce, pričom sa zameriava na jav populačného starnutia či demografickej paniky, ale aj na stav mediálnej gramotnosti a obraz seniorov v dnešnom mediálnom kontexte. Druhá kapitola sa zaoberá skúmaním dvoch hypotéz, pričom prvá tvrdí, že seniori v Ostrave majú dostatok príležitostí na využitie svojho voľného času a osobného rozvoja a druhá hypotéza pridáva, že staršie generácie majú taktiež možnosť pomerne jednoducho rozvíjať svoju mediálnu gramotnosť. Záverom kapitola dokladá koncepciu, ktorá teoreticky ale aj prakticky popisuje kurz mediálnej výchovy pre seniorov ako východisko z nedostatočného povedomia staršej generácie o svete médií všeobecne. Tretia kapitola sa snaží sumarizovať výsledky zistené v bakalárskej práci v jednotlivých žurnalistických žánroch, ktorými sú úvodný článok, editorial, anketa a interview.



## 2 ŽIVOTNÉ POMERY SENIOROV V ČR

V tejto kapitole je teoreticky popísané obdobie staroby ako také s jeho presným časovým vymedzením. Vysvetlený bude pojem aktívne starnutie a kapitola bude taktiež zameraná na to, ako pristupuje k aktívnemu a pozitívnemu starnutiu samotný štát. Ďalšou dôležitou problematikou preberanou v kapitole bude kvalita života seniorov. Priblížime si jav diskriminácie seniorov v spoločnosti, ktorému bude v práci venovaná značná pozornosť. Ozrejmime, ako sa na jave ageizmu, ako sa podobná diskriminácia nazýva, podieľajú médiá a či sú dôležitými činiteľmi v spôsobovaní demografickej paniky v spoločnosti. Na záver kapitoly vymedzíme pojem mediálna gramotnosť a popíšeme jednotlivé druhy mediálne gramotných jedincov v spoločnosti.

### 2.1 Starnutie a staroba

Starnutie a staroba je neodvratiteľný biologický proces, ktorý trvá od počatia až do smrti jednotlivca a bez rozdielu ho musia prežívať všetky žijúce organizmy na našej planéte. Rozdiely existujú len v priebehu a forme tohto procesu. Je náročné určiť vekovú hranicu, za ktorou sa človek stáva navždy starým ako po psychickej, tak aj po fyzickej stránke. Všeobecne je možné definovať starnutie ako sériu zmien, ktorá sa prejavuje na tele aj na duši. Chápe sa ako neskorá fáza života s určitým množstvom prirodzených degeneratívnych procesov prejavujúcich sa poklesom výkonu početných telesných aj duševných funkcií. Vyskytujú sa najmä chronické ochorenia, klesá pohyblivosť tela, zhoršuje sa zmyslové vnímanie, schopnosť učenia, regulácia a artikulácia emócií. Mení sa štruktúra a funkčnosť pamäti, znižuje sa kognitívny výkon a konečne je značne oslabená aj celková sebestačnosť. Ak by sme chceli starobu popísať podľa Veľkého sociologického slovníka, (Petrusek, 1996, s. 1216) narazili by sme na definíciu, ktorá hovorí, že starnutie je „proces pokračovania existencie hmoty, organizmu, ideí, systému v čase bez ohľadu na to, či a aké zmeny v nich prebiehajú. Najčastejšie je chápané ako postupné opotrebovávanie, negatívne zmeny prejavujúce sa úbytkom energie, únavou, stagnáciou, funkčnými výpadkami až degeneráciou“.

Medzi hlavné charakteristiky staroby a procesu starnutia patria do veľkej miery individuálne rozdiely týkajúce sa aktuálneho zdravotného a psychického stavu jednotlivca, jeho vlastného seba pojatia, hodnotového a postojového vybavenia, rodinného zázemia a v neposlednom rade aj jeho dlhodobých rodinných vzťahov. Ako ďalšie významné faktory sa uvádzajú vývoj života a životný štýl jednotlivca. Seniora je teda možné definovať len so

značnými ťažkosťami, pretože sa tu prelínajú biologicko-medicínske a sociologické aspekty. Ich generácia je utvorená ľuďmi, ktorých navzájom spájajú spomienky na rovnaké obdobia, ale od mladej generácie ich často oddeľuje priepasť nepochopenia.

### **2.1.1 Vymedzenie pojmu staroba**

Veľký sociologický slovník (Petrusek, 1996, s. 1218) chápe starobu v dvoch významoch. Za prvé je to „čas, ktorý uplynul od vzniku, zrodu objektu a v ktorom nie je automaticky zahrnuté hodnotenie, za druhé je to záverečná etapa života, u človeka často vymedzovaná ako doba od skončenia ekonomickej aktivity do smrti, nazývaná je tiež tretím vekom“. Sociologický slovník tiež varuje, že ju nie je možné spoľahlivo charakterizovať vekom, pretože existujú značné interindividuálne rozdiely fyzického a psychického stavu rovnako starých jedincov. Aj napriek tomu je najčastejšie toto obdobie vymedzované chronologicky. Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie (ďalej len WHO) je základná klasifikácia vyššieho veku takáto:

- 45 – 59 rokov stredný alebo tiež zrelý vek,
- 60 – 74 rokov vyšší vek alebo tiež ranná staroba a
- 90 a viac rokov dlhovekosť.

Psychologický slovník definuje seniorov ako ľudí starších než 60 rokov. Z praktických dôvodov je používaný vek kalendárny, ktorý je odvodený od dátumu narodenia jedinca. Nevypovedá však nič o sebestačnosti ani o zdravotnom stave starého človeka. Mimoriadne dôležitý vek funkčný (biologický, sociálny, subjektívny, psychologický) ktorý nemusí zodpovedať veku kalendárnemu (Haškovcová, 2002).

Pre objasnenie termínov uvedených vyššie je potrebné ich podrobnejšie vymedziť. Biologická staroba je hypotetické označenie konkrétnej miery involučných zmien (pokles zdatnosti, zmeny regulačných a adaptačných mechanizmov) tesne prepojených so zmenami spôsobenými chorobami vyskytujúcimi sa prevažne vo vyššom veku. Stanovenie tejto staroby v praxi nie je bežným postupom.

Sociálna staroba je obdobie vymedzené kombináciou niekoľkých sociálnych zmien či splnením určitého kritéria, najčastejšie dosiahnutím veku, v ktorom vzniká nárok na odchod do starobného dôchodku. Sociálna staroba je daná zmenou sociálnych rolí, životného spôsobu a ekonomického zaistenia. Súčasťou problematiky je aj sociálna periodizácia života, ktorá člení ľudský život do štyroch veľkých období (vekov):

- Prvý vek – predproduktívny; obdobie detstva a mladosti, ktoré charakterizuje vývoj, vzdelávanie, profesijná príprava, získavanie skúseností a znalostí.
- Druhý vek – produktívny; obdobie dospelosti, biologickej, sociálnej a pracovnej produktivity.
- Tretí vek – postproduktívny; obdobie osobného rozvoja ako celoživotného procesu trvajúceho až do smrti v najvyššej starobe.
- Štvrtý vek – býva používaný ako označenie pre fázu závislosti. Toto označenie však nie je vhodné, pretože nesamostatnosť nie je zákonitá a všeobecne prijímaná ako podmienka. (Mühlpachr, 2011).

Starnutie a staroba je na jednej strane vecou individuálnou a to z hľadiska času, rozsahu aj závažnosti prejavov, pretože ľudia starnú rôznym tempom. Na strane druhej však má staroba tiež mnoho dôsledkov pre spoločnosť. Jedná sa tu najmä o ekonomické, sociálno-zdravotné a sociologické dôsledky (Holczerová, Dvořáčková, 2013).

## **2.2 Aktívne starnutie**

Termín aktívne starnutie bol prijatý WHO koncom deväťdesiatych rokov. Proces aktívneho starnutia je chápaný ako proces optimalizácie príležitostí pre zdravie, spoluúčasť a bezpečnosť zameranú na plnohodnotné prežívanie života v priebehu starnutia (WHO, 2001).

Aktívne starnutie je možné zahrnúť do niekoľkých výstižných termínov: starostlivosť a sebarealizácia, účasť na spoločenskom živote, nezávislosť, dôstojnosť. Pod aktívnym starnutím sa taktiež rozumie rešpektovanie práv starších ľudí na rovnosť príležitostí, ich účasť na verejnom rozhodovaní, zodpovedný prístup ku vlastnému zdraviu a rodine. Keďže starší ľudia nie sú homogénnou skupinou je veľmi dôležité, aby im spoločnosť dokázala vytvoriť také prostredie, v ktorom im bude umožnený čo najsamostatnejší a najplnohodnotnejší život (Dvořáčková, 2013).

Koncepcia aktívneho starnutia sa z pohľadu jedinca týka spôsobu života, kedy sú obmedzované, alebo sa vôbec neprejavujú dôsledky:

- zhoršujúceho sa zdravotného stavu seniorov (zlej pohyblivosti, väčšej únavy, chorôb, zhoršovania psychickej aj fyzickej kondície),
- menších ekonomických a finančných možností seniorov (výška dôchodku, obmedzená možnosť ekonomických aktivít),
- úbytku sociálnych kontaktov.

Existujú štyri oblasti, v ktorých sa dá posudzovať miera aktívneho starnutia. Predovšetkým sú to ponuka možností, zdravotný stav, individualita človeka a spoločenská atmosféra. Pre sociálne začlenenie seniora je podstatné aj bývanie a zamestnanosť, ktorá so sebou prináša sociálne kontakty, pravidelný režim a predovšetkým hmotné zabezpečenie.

Aktívne starnutie znamená principiálne tri veci:

- umožniť ženám aj mužom, aby mohli v zamestnaní ostať dlhšie; poskytovaním vhodných ponúk by bolo možné mnohým starším pomôcť, aby ostali na trhu práce aktívnymi. Tento krok má tendenciu k prineseniu nemalo systémových a individuálnych výhod,
- umožniť ženám aj mužom zachovať si v starobe nezávislý spôsob života a dobré zdravie vďaka životnému prístupu ku zdravému starnutiu v kombinácii so špecializovaným ubytovaním a miestnym prostredím, ktoré starším pomôže ostať vo svojich domovoch čo najdlhšie,
- uľahčiť aktívne občianstvo podporou prostredia, v ktorom sa využíva prínos starších žien a mužov pre spoločnosť.

Byť aktívny znamená byť pozitívny, otvorený novým veciam a nebáť sa ísť im v ústrety. Táto koncepcia podporuje zmysluplné využívanie voľného času, starostlivosť o svoje zdravie a udržiavanie bystrej mysle. V súvislosti s konceptom úspešného starnutia sa venuje pozornosť tzv. druhému životnému programu (Dvořáčková, 2013).

### **2.2.1 Pozitívne starnutie a štát**

Pozitívne starnutie závisí do veľkej miery od toho, akým spôsobom ho podporuje štát. Česká republika (ďalej iba ČR) sa v tomto ohľade podľa štatistík bez problémov vtesná do priemerov Európskej únie. Domácnosti so starobnými dôchodcami predstavujú 1,5 milióna z celej ČR, čo znamená takmer 38 % z ich celkového počtu. Obvykle sú dvojčlenné, tvorené manželským párom. Cez pol milióna domácností, čo je viac ako tretina z nich, však tvorí len jeden človek, z takmer osemdesiatich percent ženy. Len 119 tisíc, teda len necelých osem percent domácností tvoria tie s pracujúcimi dôchodcami, ktorí zároveň poberajú aj starobný dôchodok. V roku 2009 predstavoval čistý priemerný ročný príjem na jednu osobu v ČR 143 tisíc českých korún (ďalej iba Kč). Domácnosti poberajúce starobný dôchodok sa so sumou rovnakých 143 tisíc Kč držali v tomto priemere, pričom domácnosti s pracujúcimi dôchodcami ho ďaleko presiahli s priemerným čistým ročným príjmom na osobu 218 tisíc Kč (Kalmus, 2012).

V decembri roku 2008 predstavovala populácia ľudí v ČR vo veku nad 50 rokov 36 % obyvateľstva. Nad 60 rokov je to len 15 %. V roku 2011 bolo zistené, že percentuálne zastúpenie populácie vo veku od 60 rokov a vyššie je pre ČR 15,5 %. Tieto dáta predznamenávajú jav populačného starnutia. Meraný bol aj index starnutia v krajine. Tento index vyjadruje, koľko pripadá v populácii osôb vo veku 65 rokov a viac na sto osôb vo veku 0-14 rokov. Hodnota sa od roku 1998 do roku 2008 zvyšovala nielen v Českej republike, ale aj v jednotlivých krajoch. Najvyšší index zo všetkých krajov patrí Prahe kde pripadá na 100 detí do 14 rokov až 130 seniorov, republika má hodnotu indexu 105,1. To znamená, že seniori v ČR jednoznačne prevažujú nad deťmi.

Štát v roku 2008 vyplatil 2 066 005 starobných dôchodkov. V republike pritom žije 2 754 011 dôchodcov (1 687 546 žien a 1 066 465 mužov). V tomto počte sú zarátaní poberatelia dôchodku ako starobného tak aj invalidného, sirotčieho atď. Z toho Moravskoslezský kraj sa na tomto čísle podieľa 336 241 dôchodcami. Pri tejto skutočnosti bola priemerná výška starobného dôchodku v roku 2008 vypočítaná na 9638 Kč. Moravskoslezský kraj sa pohyboval mierne pod priemerom a to na čiastke 9446 Kč. Počet všetkých typov starobných dôchodcov ku počtu obyvateľov vo veku od 15 rokov vyššie bol v ČR v roku 2008 16,6 %. Konkrétne v Moravskoslezskom kraji to bolo 16,2 %. Dôchodok v hodnote 11 000 Kč alebo vyšší poberalo 22,1 % príjemcov dávok dôchodkového poistenia Naopak najnižšiu čiastku dôchodku, teda 1 – 2999 Kč poberalo len 0,3 % všetkých dôchodcov (ČSÚ, 2014).

Demografický vývoj predstavuje jeden z dlhodobých a strategických faktorov, ktoré by mal každý štát zahrnúť do tvorby politiky v rôznych oblastiach. Rast počtu starších občanov vyžaduje prispôsobenie produktov a služieb ich potrebám a prijatie opatrení podporujúcich ekonomický rast krajiny. Stratégia, ktorá bude reagovať na starnutie populácie by mala vytvoriť medzigeneračne súdržnú spoločnosť, ktorá bude prihliadať na vek občanov (MPSVČR, 2007).

V súčasnej dobe celosvetovo dochádza k predlžovaniu strednej dĺžky života, predovšetkým k predlžovaniu strednej dĺžky života v zdraví, čo je prirodzeným výsledkom úsilia a napredovania ľudskej spoločnosti. Čoraz viac sa zvyšuje počet osôb, ktoré svojimi životnými skúsenosťami, vysokou odbornosťou, orientáciou vo vykonávanej profesii a celkovo väčšou vyzretosťou predstavujú obrovský prínos pre spoločnosť vo vzťahu

k vykonávaniu odborných pracovných činností a takisto pri odovzdávaní svojich skúseností mladej generácii (MPSVČR, 2012).

Ku koncu roku 2012 skončila účinnosť strategického dokumentu Vlády Českej republiky s názvom Národný program prípravy na starnutie na obdobie rokov 2008 až 2012, ktorého cieľom bolo podporovať súdržnosť a solidaritu medzi generáciami, zvyšovať objektívne aj subjektívne bezpečie a ochraňovať práca zraniteľných skupín starých ľudí v ČR. Naň nadväzuje Národný akčný plán podporujúci pozitívne starnutie pre obdobie rokov 2013-2017, ktorý je účinný od 1. januára 2014.

### **Národný akčný plán podporujúci pozitívne starnutie pre obdobie rokov 2013-2017**

V strategickom dokumente si Vláda ČR vytýčila a identifikovala nasledujúce priority:

- **Zaistenie a ochrana ľudských práv starších osôb.** V mnohých prípadoch sú staršie osoby znevýhodnené voči ostatným skupinám. Je to dané spoločenskými predsudkami, ktoré považujú staršie osoby za menej intelektuálne a pracovne schopné ako aj menej ochotné učiť sa novým veciam. Víziou tejto priority je stav, kedy bude seniorom zaistený plný prospech zo všetkých ich práv a budú chránení pred prejavmi zlého zachádzania či diskriminácie na základe veku.
- **Celoživotné učenie** je ucelené získavanie a rozvíjanie vedomostí, praktických zručností a intelektových schopností počas celého života. Vláda ČR si kladie za cieľ zdokonaľiť celoživotné učenie natoľko, že sa bude všeobecne považovať za prirodzenú a funkčnú súčasť spoločnosti.
- **Zamestnávanie starších pracovníkov a seniorov vo väzbe na systém dôchodkového poistenia.** Vhodné nastavenie dôchodkového systému je predpokladom k vytvoreniu účinnej stratégie, ktorá bude podporovať ekonomickú aktivitu starších pracovníkov. Dôchodkový systém by mal každému ponechať čo možno najširší priestor pre individuálnu voľbu spôsobu odchodu na dôchodok a nemal by pripúšťať bariéry pre ekonomickú aktivitu seniorov ani predčasné opúšťanie trhu práce. Víziou Vlády ČR v tomto bode sú vysoko odborní, skúsení a pracovne vyzretí seniori na trhu práce vrátane existencie prispôsobivých podmienok pre ich odchod na dôchodok.
- **Dobrovoľníctvo a medzigeneračná spolupráca** ovplyvňujú kvalitu rodinného aj pracovného života, môžu kladne ovplyvňovať ekonomický rast, je prínosná v oblasti

sociálnych a zdravotných služieb. Cieľom tejto priority je pochopenie seniorov ako neoddeliteľnej, samozrejmej a aktívnej súčasti našej spoločnosti.

- **Kvalitné prostredie pre život seniorov.** ČR má v dnešnej dobe rozsiahle problémy, ktoré je potrebné prioritne riešiť. Dajú sa zhrnúť do oblastí zabezpečenia dopravnej obslužnosti, zaistenia bezpečnosti a ochrany zdravia, účasti na formálnom aj neformálnom spoločenskom živote, zodpovedajúcej úrovne bývania a poskytovaných sociálnych a zdravotných služieb. Vláda ČR chce pomocou Akčného plánu dosiahnuť kvalitné prostredie so zodpovedajúcou infraštruktúrou, ponukou bývania a dostatočnou občianskou vybavenosťou, ktorá umožní aktívne zapojenie seniorov do spoločenského života.
- **Zdravé starnutie.** S ekonomickým rastom, rastom reálnych príjmov seniorov a zvyšovaním konkurencieschopnosti je veľmi úzko prepojené zlepšovanie zdravotného stavu obyvateľstva. V ČR je v súčasnosti venovaná malá pozornosť zdravotnej prevencii a osвете a práve preto chce vláda zaviesť ako predpoklad pre zvýšenie kvality a predĺženia aktívneho života v starobe zdravý životný štýl a prevenciu ochorení.
- **Starostlivosť o najkrehkejších seniorov s obmedzenou sebestačnosťou.** Kvôli demografickému starnutiu sa budú postupne zvyšovať aj požiadavky na sociálnu a zdravotnú starostlivosť a preto je nutné túto starostlivosť systematicky zefektívňovať. Cieľom v tejto oblasti by sa malo stať zavedenie širokej ponuky sociálno-zdravotných služieb, ktorá bude flexibilne reagovať na požiadavky najkrehkejších seniorov s obmedzenou sebestačnosťou (MPSVČR, 2012).

### 2.3 Kvalita života seniorov

Kvalita života seniorov záleží predovšetkým na miere závislosti jedinca, fyzickom zdraví, prevládajúcom emocionálnom prežívaní, psychickom fungovaní, v poznávaní a adaptácii, na prijímanej aj poskytovanej psychickej podpore a v neposlednom rade na spiritualite, kam sa zaraďuje aj pozitívne prijatie vlastného starnutia. Kvalita života sa stala cieľom globálnych snáh o vytvorenie akéhosi univerzálneho životného štýlu (Šimová, 2004).

Tento pojem je teda do veľkej miery individuálny a subjektívny, pretože pre rôznych jedincov predstavuje úplne odlišné veci v odlišnom čase. K väčšej diferenciacii kvality života v postproduktívnom veku vedie osobitné tempo starnutia. Do posudzovania kvality života sa

premietajú nielen charakteristiky ako zdravotný stav, fyzická a psychická výkonnosť, ale aj pohlavie, rodinná situácia, vzdelanostná úroveň, ekonomická situácia či získaný profesijný status (Mühlpachr, 2002).

Kvalita života má dynamický charakter a je hodnotovo orientovaná, súvisí tak s uspokojovaním potrieb. Spája hodnotenie významu (dôležitosti) so spokojnosťou a významom individuálnych hodnôt a preferencií. Vztahuje hodnotenie vplyvu všetkých oblastí života na všeobecnú pohodu a spokojnosť jednotlivca. Je to komplexný pojem, ktorý sa objavuje samostatne bez vzťahu ku konkrétnemu ochoreniu a vyjadruje tak kombináciu prežívania osobnej spokojnosti, pohody a určitého postavenia v spoločnosti (Hudáková a Majerníková, 2013).

Pokles kvality života u seniora sa prejavuje prítomnosťou negatívnych pocitov, závislosťami rôznych druhov (napr. závislosťou na iných), stratou zmyslu života a samostatnosti. Negatívny vplyv na kvalitu života predstavuje fakt, že mnoho starých ľudí trpí častými úrazmi, majú zmenené zdravie a v dôsledku polymorbidity (viacerých ochorení súčasne) zhoršenú sebestačnosť. Faktom však ostáva, že aj napriek predsudkom, že synonymom staroby je choroba, je mnoho ľudí vo veku nad 65 rokov vo veľmi dobrej psychickej aj fyzickej kondícii (Špatenková, 2004).

### **2.3.1 Seniori a voľno-časové aktivity**

Objasňovaním pojmu voľný čas sa zaoberá veľké množstvo odborných publikácií. Je možné opísať ho ako dobu reprodukcie síl a opak doby určenej k práci. Pod tento pojem sa bežne zahrnuje odpočinok, relaxácia, rekreácia, záujmové činnosti, zábava, záujmové vzdelávanie, dobrovoľná spoločensky prospešná činnosť aj časové straty bežne s týmito činnosťami spojené. Súčasťou voľného času nie sú činnosti zabezpečujúce biologickú existenciu človeka – jedlo, hygiena, spánok a zdravotná starostlivosť, aj keď spoločnosť si z nich koníčka vytvorila (Holczerová, 2013).

Aktivita mobilizuje psychickú aj fyzickú stránku osobnosti človeka, pričom to neplatí len v období staroby. Nečinnosť v pokročilejšom veku môže byť začiatkom nezadržateľného úpadku, urýchľovania fyziologických procesov starnutia a rozpadu osobnosti, alebo môže viesť k depresiám. Starší človek má to najvyššie právo na odpočinok, ale nemal by sa poddať nečinnosti. Existuje len jediná cesta ako spomaliť procesy starnutia a tou je udržanie jedinca v aktivite s prihliadnutím na jeho schopnosti a možnosti, teda cesta primeranej aktivizácie.



Aktivizácia seniorov v širšom pojatí znamená zmysluplné a upokojujúce trávenie voľného času a udržiavanie či rozvíjanie pohybových aktivít, vrátane vytrvalostnej kondície. Aby bola činnosť aktivizácie zmysluplná a prínosná, musí splniť niektoré základné kritériá. Činnosť by mala byť pre jedinca príjemná, vykonávaná dobrovoľne a mať jasný účel a cieľ, nemala by viesť k neúspechu (Dvořáčková, 2013).

Každý senior si praje prežívať svoj voľný čas odlišným spôsobom. Existuje veľa aspektov, ktoré túto voľbu ovplyvňujú. Sú sem zaradené hlavne:

- **vek** – vek okolo 17 rokov je čas, kedy sa vytvára špecifické zameranie človeka a jeho životný štýl, s pribúdaním veku jedinec väčšinou svoje kultúrno-spoločenské zameranie nemení,
- **pohlavie** – muži a ženy majú na voľný čas rozličné nároky a očakávania,
- **sociálna skupina** – rozličné sociálne skupiny, do ktorých jedinec patrí, majú odlišné hodnoty, záujmy a normy,
- **bydlisko** – rozdiely sú prevažne medzi bývaním na dedine a v meste; na dedine sa jedinci venujú obydliu a záhrade, v mestách je viac možností tráviť voľný čas rôznorodejším spôsobom,
- **profesia** – pokiaľ jednotlivec vykonáva fyzicky náročnú prácu, vo voľnom čase má potrebu fyzicky relaxovať a naopak,
- **vzdelanie** – je dokázané, že s vyšším vzdelaním prichádza väčší záujem nielen o čítanie a návštevu kultúrnych akcií, ale tiež o športové aktivity a organizáciu výletov (Šerák, 2009).

Existuje veľa aktivít, ktorým sa môžu venovať aj ľudia v pokročilejšom veku, zvlášť ak si chcú zachovať dobrú fyzickú aj psychickú kondíciu. Aktivity pre seniorov by mali zodpovedať ich požiadavkám, mali by byť prospešné pre ich zdravotný stav, dodávať pohodu. Je potrebné, aby boli na tomto mieste uvedené príklady voľnočasových aktivít, ktoré seniorov môžu motivovať k zdravšiemu a lepšiemu starnutiu. Možnosti využitia voľného času sú teda napríklad:

- **Arteterapia** – skôr ako na vytváranie esteticky bezchybných produktov hodnotených podľa určitých meradiel sa zameriava na výtvarné umenie ako na prostriedok na osobné vyjadrenie v rámci komunikácie.

- **Ergoterapia** – využíva diagnostické, liečebné a rehabilitačné procesy a jej cieľom je zvýšiť kvalitu života klientov s rôznym typom postihnutia pomocou „liečby prácou“; klienti majú dosahovať maximálnu sebestačnosť a nezávislosť.
- **Dramaterapia** – pre vyjadrenie svojej osobnosti či medziludských vzťahov využíva dramatické postupy; používa sa pri riešení sociálnych konfliktov a ich prevencií.
- **Muzikoterapia** – je používaná hlavne pre zmiernenie fyzických a psychických problémov, k lepšiemu poznaniu svojej vlastnej osobnosti, napomáha zvýšeniu sebahodnoty, pomáha zlepšiť motorickú a sociálnu koncentráciu.
- **Pohybová aktivita a tanec** – pohybová aktivita je nesmierne dôležitá pre psychickú pohodu a prevenciu pred ochoreniami; tanec spája hudobné a pohybové médium.
- **Trénovanie pamäti** – využívané hlavne pre zlepšenie pamäti a mozgovej aktivity, uplatňuje sa ako pomocou bežných činností, tak aj rozličných špecializovaných hier.
- **Zooterapia** – spôsob trávenia voľného času, ktorý je založený na vzájomnom pozitívnom pôsobení vo vzťahu medzi človekom a zvieratom; napomáha hlavne pri riešení psychologických a integračných problémov (Holczerová, Dvořáčková, 2013).

## 2.4 Diskriminácia seniorov v spoločnosti

Diskriminácia seniorov býva častou témou početných diskusií, v súčasnosti je teda veľmi aktuálnym problémom. Diskrimináciu môžeme popísať ako jav, kedy je s jednou osobou v porovnateľnej situácii zachádzané menej výhodným spôsobom než s osobou inou na základe rasy, etnického pôvodu, pohlavia, sexuálnej orientácie, náboženstva, viery, nepriaznivého zdravotného stavu, či veku. Diskriminácia seniorov je teda určité chovanie voči starším ľuďom, ktoré má niektoré spoločné rysy s rasizmom (Hudáková a kol., 2011).

V rámci európskej spoločnosti je diskriminácia na základe veku do veľkej miery rozšírená. Charakterizuje ju nevhodné chovanie voči starším ľuďom na úradoch, v obchodoch, v zdravotníckych zariadeniach. Podobných priestupkov sa voči starším dopúšťa hlavne mladá generácia. Na tomto mieste sa jedná o porušovanie, alebo potlačovanie práv seniorov a tieto akty podporuje hlavne nedostatok záujmu spoločnosti o potreby seniorov (Pernes, 2006).

Dôsledky diskriminačného chovania majú povahu spoločenskú, občianskoprávnú, ale aj trestnoprávnú. Seniori sú všeobecne ohrození sociálnym vylúčením, čo je dané predovšetkým zhoršeným zdravotným stavom, znížením mobility, poklesom fyzickej výkonnosti, obmedzením finančných zdrojov, či napríklad aj horšou informovanosťou

a nižšou mierou využívania moderných technológií. Riziko vylúčenia sa zvyšuje faktom, že takmer pätina seniorov nevykonáva vo svojom čase žiadnu zmysluplnú činnosť a má nedostatočnú motiváciu podieľať sa aj na najmenej náročných činnostiach (Dvořáčková, 2013).

Problém zneužívania seniorov je v súčasnosti do celosvetovo závažný a rozšírený do takej miery, že sa ním zaoberá aj Organizácia Spojených národov (ďalej iba OSN). Podľa správy generálneho tajomníka Pan Ki-muna, sú typickými príkladmi odopierania príležitostí, zdrojov a nárokov obmedzovanie zamestnávania starších, znižovanie plátov a neplnenie valorizácie dôchodkov. Medzi zneužívanie seniorov patria predovšetkým telesné, citové a psychické zneužívanie, finančné vykorisťovanie, zanedbávanie. Ako príklad je možné uviesť odopieranie dobrej zdravotnej starostlivosti, vhodnej stravy či sociálnych kontaktov (Pernes, 2006).

#### **2.4.1 Vymedzenie pojmu ageizmus**

Pojem ageizmus sa v praxi vyskytuje už viac ako štyri desaťročia. Diskriminácia na základe veku, teda ageizmus, je ideológia, ktorá sa zakladá na zdieľanom presvedčení o tom, že existuje kvalitatívna disproporcia medzi jednotlivými fázami životného cyklu človeka. Jej prejavmi sú systematické, symbolické aj reálne diskriminácie a stereotypizácie osôb alebo skupín na základe ich príslušnosti k určitej generácii a chronologického veku. Starší ľudia sú v tejto súvislosti často označovaní ako senilní, rigidní a staromódni vo veciach morálky aj ich zručností. Ageizmus je často demonštrovaný ako averzia, vyhýbanie sa kontaktu. Prejavuje sa aj diskriminačnými praktikami v zamestnaní, bývaní, službách, kreslenými seriálmi či vtipmi. Ageizmus je účelný pre jedincov patriacich do mladšej generácie v spoločnosti, ktorí chcú odložiť časť vlastnej zodpovednosti práve voči starším ľuďom (Vidovičová, 2005).

Za individuálne zdroje ageizmu môžeme považovať frustráciu a agresiu, z nich pramení nepriateľstvo (niekedy až sklony ubližovať iným) voči členom väčšinových skupín. Všetky tieto zdroje vychádzajú predovšetkým zo strachu zo starnutia a smrti. Druhá skupina zdrojov, ktoré všetky individuálne zdroje ageizmu podporuje a posilňuje, sú zdroje sociálne. Zaradené sú sem predovšetkým medzigeneračné konflikty, ktoré často smerujú až ku konfliktu hodnôt. Treťou skupinou sú kultúrne podmienené zdroje ageizmu, ktoré pojímajú mediálnu kultúru, jazyk umenie, hodnotové systémy, literatúru a humor (Vidovičová, 2005).

## 2.4.2 Ageizmus a médiá

Ako vyplýva z predchádzajúcich podkapitol, zdrojov ageizmu je mnoho a v tomto odseku sa zameriame na tri z nich a to na jazyk, médiá a na populárnu kultúru.

Pomocou jazyka si spoločnosť konštruuje realitu, stanovuje hranice systému predstáv, vytvára symboly prijateľných foriem komunikácie. Oblasť prenosu informácií pomocou médií je teda nepopierateľným zdrojom aj prejavom ageizmu. Celý systém funguje na princípe kruhu, teda prijímateľ prijme negatívnu informáciu a naučí sa ju a používa ju, keď chce vyjadriť svoj negatívny postoj; vzniká tak neustála reprodukcia negatívnych obrazov a postojov.

Pre tvorbu a replikáciu ageistických postojov je teda veľmi dôležitý až kľúčový spôsob, akým sa o starnutí a starobe na verejnosti hovorí. Zahraničné výskumy mediálneho ageizmu dokázali, že seniori sú v médiách jednoznačne podprezentovaní. Vo verejnom komunikačnom priestore sa o nich hovorí v negatívnych súvislostiach výrazne častejšie. Ústrednými témami sú najmä násilné trestné činy, ekonomické problémy spoločnosti, prezentácia seniorov ako chorých či nemohúcich osôb závislých na pomoci spoločnosti (Vidovičová, 2008).

Podľa McConatha (1999) sa, na základe analýzy West Chester University z viac ako 760 reklám v tlačенých médiách, iba v necelých 8 % prípadov hrali dôležitú úlohu staršie osoby; v 2 % boli zobrazené staršie ženy a z nich boli tri štvrtiny vykreslené ako závislé. Jedna štvrtina z týchto reklám ich prezentovalo ako aktívne osoby, či v neutrálnych kontextoch. Všetci starší muži v analyzovaných reklamách boli vyobrazení ako experti, či vysokí profesionáli.

V ČR prebehla prvá hĺbková analýza českých médií v roku 2014 zameraná na vek a starobu s názvom Mediálna analýza obrazu seniorov. Výskumu podliehal výber (príspevky museli obsahovať aspoň jedno z kľúčových slov senior, seniorský, penze, penzista, dôchodok, dôchodca, dôchodkyňa, staroba, atď.) predaných informácií v hlavných spravodajských reláciách troch českých televízií (ČT1, Nova, Prima) a v piatich najväčších českých denníkoch (MF Dnes, Právo, Lidové noviny, Hospodářské noviny a Blesk). Z analýzy vyplýva, že medzi tlačnými príspevkami boli absolútne dominujúce negatívne ladené témy v súvislosti s ekonomikou. Tretina príspevkov sa týkala témy dôchodkov, viac ako štvrtina zase tém s kriminálnym podtextom. V televízií prevládali príspevky zobrazujúce kriminalitu (38 %), politickú ekonómiu (27 %), či tragédie (12 %). Témy zdravotníctva, sociálnej politiky

či kultúry boli úplne okrajové. Ďalej tiež vyplýva, že príspevky boli plné obsahov vystavaných na stereotypoch staroby ako obdobia bez efektívnej časovej náplne, bez zdravia, peňazí a sexu. Ak bol vo vybraných médiách príspevok, ktorý prezentoval aktívneho seniora (málokedy seniorku) označoval tento jav ako raritu (Vidovičová, Sedláková, 2005).

Vo veľkom počte prípadov sa v analyzovaných príspevkoch objavila kombinácia správ a zábavy (tzv. infotainment) niekoľkými spôsobmi:

- voľbou bulvárnych tém – udalosť by sa nestala správou, keby v nej nefiguroval senior,
- voľbou bulvárnych titulkov – napríklad: „Zabil babičku. Pomočila se!“ Blesk 25. VI. 2004; „Dědečku fuj, na holčičky se nesahá!“ Blesk 14.II. 2004,
- voľbou bulvárneho jazyka – „krvavý fantom a postrach důchodců“ TV Nova 3.X. 2004 (Vidovičová, 2008).

### **2.4.3 Demografická panika**

Pojem demografická panika je odvodený z teórie mediálnych štúdií a z pojmu morálna panika. V krátkosti sa dá rozsiahly pojem morálna panika zhrnúť ako označovanie vybraných osôb, skupín alebo podmienok ako hrozby pre spoločenské hodnoty a záujmy. Takáto panika je charakterizovaná hlavne proroctvami o katastrofách a skaze, senzačnými titulkami, melodramatickým slovníkom, prehnaným zveličovaním závažnosti obyčajného faktu či udalosti, môže však vyústiť až do otrasenia morálnych hodnôt v spoločnosti (Cohen, 2002).

Fenomén demografickej paniky je potom možné vysvetliť ako verejne vyslovený strach a obavy z budúceho vývoja spoločnosti. Príčinou sú meniace sa demografické štruktúry, v ktorých sa zvyšuje podiel seniorov a znižuje sa podiel novorodencov a mládežníkov; tento trend starnutia populácie sa pritom zdá byť trvalý. Vychádza sa z predpokladu, že bohatstvo národa je priamo úmerné vekovému zloženiu populácie. Obsahy tvoriace demografickú paniku stoja na téze, že sa každá starnúca spoločnosť automaticky a neodvratiteľne zbrzdí, zastaví sa jej ekonomický aj sociálny vývoj a upadne do biedy iba na základe jej populačného starnutia. Zo starnutia a staroby je takýmto spôsobom vytvárané tzv. ľudové strašidlo (angl. folk devil). Jednotlivci šíriaci demografickú paniku, v odbornej literatúre označovaní ako „kazitelia demografickej apokalypsy“, hovoria o spoločnosti, ktorá si také veľké množstvo starších a starých ľudí jednoducho nemôže dovoliť. Typickými panickými výrokmi sú: „hrozí platobná neschopnosť dôchodkových a zdravotných systémov“, „demografický vývoj ohrozuje ekonomický rast“, atď. V praktickej rovine hovorí tento koncept, že neutrálne fakty, napr. výpočet čistých nákladov populačného starnutia,

indexy závislosti, alebo demografické predpovede, sú v priestore verejnej komunikácie v určitom (situačnom, politickom a sociálnom) kontexte produkované a tým môžu strácať svoju hodnotovú neutralitu. Panika z demografie je komplexný sociálny jav a jej zdrojom sú vzájomne na seba naväzujúce ekonomické, sociálne i politické systémy (Vidovičová, 2006).

Postupom času prechádzajú radou zmien a momentálne je ich úlohou zbaviť sa rastúcich sociálnych výdajov, čo sa snažia dosahovať zvyšovaním dôrazu na individuálnu zodpovednosť. Racionalizácii štátnych výdajov tak slúži starnutie ako „obetný baránok“. Starnutie a staroba sú teda pred verejnosťou prezentované ako vysoko nákladné položky pre štátny rozpočet, čo legitimizuje konanie štátu a neodvratiteľný biologický jav sa stáva pre štát hrozbou. Jedincovi v spoločnosti tento fenomén prirodzene spôsobuje individuálny stres. Bolo by veľmi pravdepodobné, že keby došlo k zámene javov a do celého problému by sa miesto starnutia dosadil napríklad systém zbrojenia, výstupy by ostali rovnaké (Mullan, 2002).

## **2.5 Mediálna gramotnosť**

Na tomto mieste je vhodné presunúť pozornosť na ďalší teoretický cieľ bakalárskej práce a to na mediálnu gramotnosť. Spoločnosť v ktorej v súčasnosti žijeme, teda spoločnosť postmodernú, by sme mohli vystihnúť okrem mnohých iných výrazov aj slovom medializovaná. Medializácia pomenúva fakt, že život človeka, skupín aj celého spoločenského organizmu je presiaknutý médiami (periodickou tlačou, rozhlasovým a televíznym vysielaním, sieťovými médiami). Môžeme ju definovať ako určitý proces zverejňovania informácií pomocou sieťových a masových médií. Vymedziť ju z legislatívneho hľadiska momentálne nie je možné, pretože tento pojem žiadna česká právna norma nedefinuje a ani ju v ČR nerieši. Stále vstupovanie médií do verejného života spoločnosti však zvyšuje potrebu jednotlivcov poznať, pochopiť a prispôbiť svoje premýšľanie tomuto pôsobeniu. Preto sa vytvorila a pomenovala táto nová kompetencia, teda mediálna gramotnosť (Jiráček, Wolák, 2007).

Podľa smernice Európskeho parlamentu (2007, s. 78) 2007/65/ES sa mediálna gramotnosť „týka zručností, znalostí a porozumenia, ktoré spotrebiteľom umožňujú efektívne a bezpečné využívanie médií. Mediálne gramotní ľudia by mali byť schopní vykonávať informovanú voľbu, chápať povahu obsahu a služieb a byť schopní využívať celú škálu príležitostí, ktorú ponúkajú nové komunikačné technológie. Mali by byť schopní lepšie chrániť seba a svoje rodiny pred škodlivým alebo urážlivým obsahom“.

Existuje tu však veľká nerovnomernosť medzi neustále narastajúcou profesionalizáciou ľudí, ktorí pracujú v médiách (novinári, redaktori atď.) ale aj ľudí, ktorí sa chcú v médiách presadiť (politici, inzerenti) na jednej strane a užívateľmi médií hľadajúcimi si toto vzdelanie oveľa pomalšie na strane druhej. Média a politici sa snažia ovládať svet mediálnej komunikácie a verejnosť má zatiaľ o médiách zastaranú a mylnú predstavu v podobe „inštitúcie slobody prejavu“ či „strážneho psa demokracie“. Tento nevyrovnaný vzťah viedol k tomu, aby sa sformoval systém vzdelávania verejnosti (tzn. užívateľov) v oblasti mediálnej komunikácie. Výslednou kompetenciou, ktorú by mali používatelia ovládať pre pohodlný život v spoločnosti a ktorá by sa mala zaradiť do všeobecného vzdelania sa tak stala mediálna gramotnosť. Dramatický rozvoj technológií a tým pádom aj médií so sebou prináša otázku, ako zachovať slobodu prejavu a zároveň minimalizovať riziko, ktoré so sebou tento technologický vývoj prináša. V demokratických spoločnostiach je možností niekoľko, avšak ako najlogickejšia sa môže javiť práve cesta posilňovania mediálnej gramotnosti občanov. Tá sa stala predmetom sústavného pedagogického vzdelávania, mediálnej výchovy.

Mediálna výchova sa v súčasnosti vyučuje školsky (v podobe samostatného predmetu alebo ako súčasť materského jazyka či výchovy k občianstvu atď.) aj mimoškolsky, realizuje sa ako súbor voľnočasových aktivít. V ČR sa mediálna výchova stala súčasťou Rámcového programu vzdelávania pre základné a gymnaziálne vzdelávanie, ktorá sa realizuje od roku 2006. Mediálna výchova sa pritom chápe ako vybavenie žiaka základnou úrovňou mediálnej gramotnosti, obsahuje získanie zručností podporujúcich aktívne a nezávislé zapojenie jednotlivca do komunikácie s médiami, ale aj osvojenie si základných poznatkov o ich fungovaní, histórii, štruktúre a o ich roli v spoločnosti. Predovšetkým je však mediálna gramotnosť schopnosť analyzovať ponúkané obsahy, vyhodnocovať ich komunikačný zámer, posudzovať ich vierohodnosť a vytvárať medzi nimi jednotlivé súvislosti. Mediálne gramotný človek sa orientuje v mediálnych obsahoch a je schopný zvoliť si zodpovedajúce médium, ktoré uspokojí jeho potreby – či už sa jedná o získavanie informácií, vzdelávanie či trávenie voľného času (Jiráček, Wolák, 2007).

Zvyšovanie mediálnej gramotnosti sústavným spôsobom sa považuje za prostriedok zvyšovania kvality nielen súkromného života občana, ale aj verejného občianskeho bytia. Práve nová téma mediálnej výchovy, ktorú so sebou priniesla česká školská reforma upozorňuje na to, že pre uplatnenie jednotlivca v spoločnosti je dôležité vedieť spracovať, vyhodnotiť a využiť podnety prichádzajúce z médií. Média sa stávajú dôležitým socializačným faktorom, majú výrazný vplyv na chovanie jedinca a spoločnosti, na utváranie

životného štýlu a na kvalitu života vôbec a práve z tohto dôvodu je pre nás nutnosťou rozvíjať schopnosť porozumieť médiám a ich obsahom (Jeřábek, 2005).

Z definícií, ktoré sú bežne používané v krajinách, kde má mediálna výchova dlhoročnú tradíciu vyplýva, že mediálna gramotnosť má úzku súvislosť so správnym občianstvom hlavne kvôli tomu, že mediálne gramotný človek sa dokáže aktívne zapájať do spoločenskej komunikácie. Niektorí odborníci dokonca tvrdia, že nevyhnutnou podmienkou plnohodnotnej participácie na verejnom živote je práve dosiahnutie rozvinutej mediálnej gramotnosti. Je totiž dôležité, aby občan dokázal kriticky posúdiť rolu médií v spoločnosti a v demokracii, vyhodnotiť, do akej miery užívateľom médií pomáhajú pri racionálnom rozhodovaní, v poznávaní okolitého sveta a aby vedel rozlišovať medzi verejnou a súkromnou sférou (Jiráček, 2007).

### 2.5.1 Modely života informačného veku

Súčasnosť by mohla byť pomenovaná ako informačný vek, pretože celá spoločnosť je presiaknutá novými a ľahko dostupnými informáciami, ktorých kvantá môžu často tvoriť až takzvanú dezinformáciu. V ďalšom texte bude načrtnutých päť modelov, ktoré zodpovedajú individuálnemu správaniu jednotlivca v informačnej spoločnosti v súvislosti s prijímaním informácií.

- **Priehľadný spotrebiteľ.** Elektronizácia viedla k zásadným zmenám v obchodovaní. V systéme čiarových kódov už predajca nenachádza iba označovanie tovaru, ale skôr informácie o dátume predaja tovaru, jeho množstva a pravidelnosti nákupu. Presnosť a efektívnosť tohto systému zdokonalili aj zákaznícke karty, pomocou ktorých zákazník dobrovoľne poskytuje informácie o svojom nákupnom chovaní. V spoločnosti je momentálne veľa seniorov, ktorí zákaznícke a kreditné či debetné karty používajú a stávajú sa tak „priehľadnými spotrebiteľmi“ v snahe získať od predajcu výhody. Pravdou je presný opak a to skutočnosť, že jediný predajca má prospech z tohto systému. Dochádza totiž k maximálnemu zefektívneniu reklamy (zasielanie reklamy „priamo na mieru“ poštou, telefónom či e-mailom). Týmto spôsobom sa však pracuje nielen s informáciami o nákupoch, ale taktiež o záľubách a preferenciách používateľa internetu. Množstvo internetových stránok je vytváraných pomocou prihlasovania, kedy sa zobrazujú preferenčné informácie a to znamená, že užívateľ sa dostane iba k údajom, ktoré sám uprednostňuje. Takýmto vývojom môže nastať obmedzenie záujmu a stagnácia vývoja jednotlivca.



- **Informačný narkoman.** Tento model chovania v súvislosti s informáciami sa vyskytuje vo väčšej miere medzi mladšími generáciami, ale aj tak je potrebné pojem vysvetliť. V súčasnosti sa každý jedinec dostáva k veľkým množstvám informácií. Samotná informácia je však pre človeka bezcenná, pokiaľ ju neprepojí do súvislosti s inou informáciou. Vo chvíli, keď človek prestane informácie prepájať, stane sa zberným miestom pre zbytočné informácie. V snahe nájsť prepojenie a súvislosť vzniká potreba neustále prijať viac informácií v nádeji, že sa raz spoja k poznatku a k vedomosti. Tento krok je však nemožný a tým pádom sa vytvára návykové chovanie, preto hovoríme o informačných narkomanoch.
- **Neustále sa učiaci súčasník.** Pre staršie generácie častejšie sa vyskytujúci model. Jednotlivci patriaci do tejto skupiny vedú o bezcennosti jednotlivcej informácie a preto majú snahu si každú novú informáciu prepojiť s niečím, čo poznajú. Ich štýl získavania poznatkov je zvedavý, všetky informácie preverujú a vytvárajú pri tom vnútornú aktivitu, ktorá nezanikne ani pri záplave nových a nových informácií.
- **Informačný asketik.** Jeho prístup k novým informáciám je uzavretý a to znamená, že sa im bráni, nechce svoje záujmy rozširovať a tým sa na jednej strane stáva odborníkom vo svojom obore a na strane druhej sa izoluje od mnohých ďalších súvislostí. Seniori patriaci do tohto modelu sú veľmi často na slovo vzatými odborníkmi.
- **Svojprávny občan.** Do tohto modelu správania by sa mali ideálne prostredníctvom mediálnej výchovy dostať bez rozdielu všetci občania. Človek správajúci sa v súvislosti s informáciami podľa tohto modelu je ochotný prevziať zodpovednosť za svoje rozhodovanie, má mnohostranné záujmy, o záujmy ostatných sa stará rovnako, ako o svoje vlastné. Rešpektuje slobodu a autonómiu ostatných, do záležitosti sa vmieša iba ak má na tému dostatok relevantných informácií a je o pomoc požiadaný. Narozdiel od učiaceho sa účastníka má veľmi rozvinutú súdnosť a podložený cit pre pravdu. Tento model človek dosiahne vnímaním samého seba ako aktívnej súčasti sveta a spoločenstva, vyvinutím schopnosti úsudku a snahou dozvedieť sa za každých okolností pravdu (kriticky skúma prepojenie informácií, samostatne a účelne vyhľadáva nové a nebojí sa neustále svoj názor meniť). Média používa tento jedinec k účelnému vyhľadávaní informácií avšak zaujíma sa aj o nové témy a životné postoje (Buermann, 2009).

### **3 MOŽNOSTI AKTÍVNEHO VYUŽITIA VOĽNÉHO ČASU A ROZVOJA MEDIÁLNEJ GRAMOTNOSTI SENIOROV**

Kapitola sa zameriava vo svojej prvej časti hlavne na možnosti seniorov z Ostravy využiť svoj voľný čas k rozvoju osobnosti nielen po fyzickej, ale aj po psychickej stránke. Cieľom bolo vyhľadať a skompletizovať všetky dostupné aktivity, ktorým sa v meste môžu venovať sebestační a aktívni seniori so zámerom prežitia kvalitnej staroby. V druhej časti sa kapitola venuje konkrétnemu nástroju na zvýšenie možnosti seniorov zlepšiť svoju mediálnu gramotnosť návrhu, tzv. Kurzu mediálnej výchovy pre seniorov.

Kapitola sa odvíja od dvoch hypotéz. Prvá napovedá, že v meste Ostrava a jej okrajových častiach sa senior má šancu zúčastňovať na verejnom živote, aktívne rozvíjať svoje vedomosti a schopnosti, či už sa týkajú jeho fyzickej kondície, alebo psychického stavu. Z druhej hypotézy vyplýva, že seniorom je v Ostrave a jej okrajových častiach je umožnené rozvíjanie ich mediálnej gramotnosti. Že existujú kurzy, ktoré sprevádzajú seniorov svetom médií a pomáhajú im tak zorientovať sa v mediálnom svete, ktorý ich denno-denne obklopuje.

#### **3.1 Možnosti aktívneho využitia voľného času seniorov v meste Ostrava**

V podkapitole boli vyhľadané konkrétne aktivity, cvičenia, kurzy, školenia a debaty poskytované príspevkovými a neziskovými organizáciami, univerzitami, kultúrnymi zariadeniami, klubmi seniorov a komunitnými centrami. Získané informácie sú následne rozdelené do niekoľkých častí podľa organizácie, ktorá tieto aktivity pre seniorov prevádzkuje.

##### **3.1.1 Kultúrne zariadenia pre seniorov v Ostrave**

###### **Dom kultúry Akord Ostrava-Zábřeh, s.r.o.**

Dom kultúry Akord má v Ostrave bohatú, viac ako päťdesiatročnú tradíciu. Momentálne disponuje 3 sálami, 7 salónikmi, letnou záhradou, 4 učebňami a 3 cvičebnými sálami. Každodenne sa tu uskutočňuje mnoho kultúrnych akcií. Kultúrny dom sa zaoberá aj otázkou seniorských aktivít, každý štvrtok tu od desiatej hodiny prebieha relaxačné cvičenie nielen pre seniorov. Jednorazové vstupné predstavuje 60 Kč, za permanentku na 10 vstupov sa platí 550 Kč. Ceny nie sú príliš vysoké a dostupnosť kultúrneho domu je veľmi dobrá.

Čo sa týka duševnej aktivity, pravidelne sa uskutočňujú programy Senior klub a Aktívny senior. Vstup na tieto stretnutia je voľný. Seniori majú možnosť kultúrneho a výtvarného vyžitia, preberajú rôzne zaujímavé témy, ktoré môžu dopomôcť k ich všeobecnej informovanosti a stretnutí sa zúčastňujú aj hostia zaujímaví pre seniorskú obec.

#### **Klub Atlantik – Centrum kultúry a vzdelávania, Moravská Ostrava, p.o.**

V Klube Atlantik sa už tridsať rokov uvádzajú literárne programy, divadelné predstavenia, koncerty, výstavy a prednášky pre menšinové publikum. Ako príklad dobrej praxe môžeme uviesť konkrétne pravidelné debatné odpolednia so zaujímavými hosťami, ktoré organizuje Ostravský debatný klub MY50+. V týchto priestoroch sa stali už obľúbenou tradíciou. Seniori majú možnosť otvorene besedovať s osobami verejne činnými, umelcami či odborníkmi z prostredia, ktoré je na mediálnej scéne aktuálne preberané. Vstup na tieto akcie je bezplatný a každej besedy sa podľa informácií organizátorov zúčastní viac ako 40 seniorov.

#### **Kultúrny dom K-Trio, kultúrne zariadenie Ostrava – Juh, p.o.**

Zriaďovateľom Kultúrneho zariadenia Ostrava – Juh je Štatutárne mesto Ostrava a jeho úlohou je vytvoriť podmienky pre celkový rozvoj kultúry a vzdelávania a zaistiť pre občanov všetkých vekových kategórií spoločenské, rekreačné, kultúrne a výchovné aktivity. Kultúrne zariadenie pre seniorov vytvára skôr aktivity podporujúce fyzickú kondíciu. Každý týždeň organizuje tanečné hodiny s doprovodom živej kapely pre manželské páry a partnerské dvojice, za ktoré si vyžaduje poplatok 40 Kč. Tieto hodiny sú určené prednostne staršej generácii obyvateľov. V zariadení sa taktiež každý týždeň koná cvičenie pre seniorov, ktoré obsahuje dvanásť hodinových lekcí. Seniori si pritom môžu vybrať, či budú zariadenie navštevovať o deviatej, desiatej alebo jedenástej hodine dopoludnia.

#### **Centrum pre rodinu a sociálnu starostlivosť Ostrava, o.s.**

Poslaním neziskovej organizácie je skvalitnenie života seniorom, ich aktívne zapojenie do spoločnosti a cirkvi, vzdelávanie a posilňovanie medzigeneračných vzťahov. Seniorom ponúkajú duchovné, vzdelávacie, voľnočasové a aktivizačné programy. Duchovným obohatením pre seniorov by mali byť omše sväte, stretnutie pri adventnom venci, svätosť zmierenia, či prednášky a zaujímaví hostia z cirkevnej oblasti. V rámci rozvoja fyzickej zdatnosti ponúka Centrum účasť v Klube aktívnych seniorov (ďalej len KLAS), kde účastníci upevňujú svoju pamäť a psychomotoriku, venujú sa psychohygiene, tvorivým odpoledňami s vnúcatami a výletom do prírody, popri ktorých seniori navštevujú zaujímavé ale zároveň im

dostupné miesta. Združenie organizuje aj činnosti podporujúce vzdelávanie seniorov, napríklad cyklus prednášok na rôzne témy z biblistiky, cirkevného práva, liturgiky či umenia s názvom Akadémia pre tretí vek. Témy plánované na prvý polrok 2014 uvádza Tabuľka 3.1.

Tabuľka 3.1 Témy Akadémie pre tretí vek plánované na obdobie január – jún 2014

Dátum	Téma	Prednášajúci
16. 1. 2014	O Biblii	ThLic. Stanislav Pacner Th.D.
13. 2. 2014	Exorcizmus – stredovek alebo dnešok?	Bogdan Stepień
13. 3. 2014	Katechumenát - uvádzanie nepokrstených dospelých do kresťanského života	ThLic. Petr Smolek
10. 4. 2014	Kardinálne cnosti	ThLic. Jan Czudek
15. 5. 2014	Postava P. Márie v tradícii a zbožnosti cirkvi	ThLic. Vojtěch Janšta
12. 6. 2014	Umenie odpočívať – základy duševnej hygieny, Omša sv. v kostole sv. Václava	Pavel Moravec

Zdroj: Centrum pre rodinu a sociálnu starostlivosť Ostrava, 2014; vlastné spracovanie

### Charita Ostrava, Charitné stredisko Gabriel – komunitné centrum pre seniorov

Komunitné centrum si kladie za cieľ udržať a rozvíjať sociálne schopnosti, ktoré podporujú začlenenie užívateľov do spoločnosti za pomoci vzdelávacích, záujmových, spoločenských a voľnočasových aktivít. Stredisko Gabriel prispieva nadväzovaním nových sociálnych väzieb k znižovaniu osamelosti, vytváraniu pocitu užitočnosti či udržiavania sebestačnosti a samostatnosti seniorov a to pri dodržovaní individuálneho prístupu ku klientom a princípe kresťanských zásad. Centrum bezplatne ponúka stretávanie seniorov pri čaji alebo káve, prednášky a besedy na rôzne témy so zaujímavými hosťami. Seniori tu môžu praktikovať výtvarnú činnosť ako je maľovanie, batikovanie, či pletenie, hrať spoločenské hry, zúčastňovať sa dámskeho klubu Živá voda. V neposlednom rade stredisko ponúka aj kurz práce na počítači. Aktuálny týždenný rozpis aktivít komunitného centra vid' v Tabuľke 3.2.

Tabuľka 3.2 Týždenný rozpis aktivít komunitného centra pre seniorov

<b>Pondelok</b>	<b>8,00 – 10,00</b>	Samostatná práca s internetom
	<b>9,00 – 12,00</b>	Výtvarný krúžok
	<b>10,00 – 11,00</b>	Cvičenie pre seniorov
	<b>12,30 – 14,30</b>	Základe práce na PC a s internetom – 1. lekcja

<b>Utorok</b>	<b>9,00 – 10,00</b>	Krúžok angličtiny pre mierne pokročilých
	<b>10,00 – 11,00</b>	Krúžok angličtiny pre začiatočníkov
	<b>10,00 – 12,00</b>	Keramická dielňa
	<b>12,30 – 14,30</b>	Základy práce na PC (2. lekcia)
	<b>14,00 – 15,00</b>	Prednášky, besedy, zábavné programy
<b>Streda</b>	<b>8,00 – 10,00</b>	Samostatná práca na internete
	<b>9,30 – 10,30</b>	Krúžok angličtiny pre začiatočníkov
	<b>10,30 – 11,30</b>	Krúžok angličtiny pre mierne pokročilých
	<b>12,30 – 14,30</b>	Základy práce na PC (3. lekcia) a s internetom (2. lekcia)
	<b>14,00 – 15,00</b>	Prednášky, besedy, zábavné programy
<b>Štvrtok</b>	<b>10,00 – 12,00</b>	Dámsky klub
	<b>10,00 – 12,00</b>	Tvorivé ruky
	<b>13,00 – 16,00</b>	Vychádzky do okolia
	<b>14,30 – 16,00</b>	Konverzácia v nemeckom jazyku
<b>Piatok</b>	<b>10,00 – 12,00</b>	Keramická dielňa
	<b>1-2 krát mesačne</b>	Celodenný výlet
	<b>priebežne</b>	Knižnica

Zdroj: Charita Ostrava, Charitné stredisko Gabriel – komunitné centrum pre seniorov, 2014; vlastné spracovanie

### 3.1.2 Kluby seniorov v Ostrave

V meste Ostrava a jej okolitých oblastiach sa nachádza 39 oficiálnych klubov seniorov. Tieto väčšinou vznikajú pri domoch s opatrovníckou službou, ale nie je tomu tak vo všetkých prípadoch. Pre potreby bakalárskej práce boli vybrané kluby, ktoré organizujú pre svojich klientov tie najrôznorodejšie záujmové činnosti, či už sa to týka vzdelávacej alebo tvorivej činnosti.

#### Klub seniorov, ul. Gajdošova 39, Moravská Ostrava

V klube sa schádzajú seniori z obvodov Moravská Ostrava a Přívoz, ktorí každý utorok vyrábajú výrobky pre potešenie seba a svojich blízkych vo výtvarných dielnach. Pravidelne tu taktiež prebiehajú kurzy tréningu pamäti pre starších občanov. V klube sa trikrát týždenne koná cvičenie jogy pre seniorov, dva krát do týždňa (v utorok doobeda a poobede) sa tu stretáva internetový klub seniorov. Všetky aktivity sú uskutočňované

s pomocou organizácie Senior servis s.r.o. Klub sa nachádza v dome s opatrovateľskou službou a jeho kapacita 45 osôb je takmer vždy plne obsadená.

### **Senior klub**

Platformu Senior klub prevádzkuje v Moravskej Ostrave Spoločnosť senior, o.s. Pre ľudí na dôchodku sa tu organizujú jazykové kurzy, besedy a prednášky na rozličné témy. V prevádzke je aj Denné seniorské centrum otvorené od pondelka do piatku s tým, že cez víkendy klub organizuje výlety a vychádzky do prírody. Výnimočnosť tohto klubu spočíva vo vlastníctve Počítačového centra, kde majú seniori možnosť voľného použitia PC pre vlastné účely, ale sú im poskytnuté aj kurzy správneho používania dostupných technológií.

### **Kluby seniorov v oblasti Ostrava – Juh**

Seniori v mestskej časti Ostrava – Juh taktiež poskytujú seniorom rôznorodé voľnočasové aktivity, ako je napríklad návšteva divadelných predstavení či zaujímavých prednášok na rozličné témy, hranie spoločenských hier a vychádzky do prírody, poprípade kluby organizujú aj poznávacie zájazdy. Na Medzinárodný deň seniorov je pre členov tradične pripravené stretnutie s predstaviteľmi mestského obvodu Ostrava – Juh.

### **Klub pre seniorov v obvode Stará Bělá**

Aktivity v tomto Klube pre seniorov vychádzajú zväčša z ich vlastných požiadaviek a priání, pravidelne sa tu organizujú besedy na rôzne témy, posedenia pre jubilantov, súťaže o najlepšiu bábovku či slávnosť k Medzinárodnému dňu žien. Medzi členov klubu patrí zhruba 20 – 30 seniorov zo spádovej oblasti.

### **Klub pre seniorov Krásne Pole**

Klub Ostrava – Krásne Pole ponúka svojim členom aktivity, ktoré svojim charakterom umožňujú tráviť voľný čas seniorov skôr udrzovaním sociálnych kontaktov, ako rozvoju vedomostí a zručností. Napriek tomu však na tomto mieste spomeňme ich každoročnú organizáciu zberu železa, návštevy spriateleneho poľského klubu Horníkov, pochovávanie basy, či súťaž o najlepšie pražené vajcia. O celej činnosti si klub vedie podrobnú kroniku.

## **3.2 Univerzity tretieho veku**

Univerzity tretieho veku sa vyvinuli ako nový spôsob priblíženia možnosti celoživotného vzdelávania na univerzitách ľuďom v seniorskom veku (prevažne po dovŕšení

55 rokov). Hlavným cieľom vzdelávania osôb vyšších vekových kategórii je udržanie a zvýšenie kvality života seniorov, zlepšenie ich adaptácie na nové životné situácie. Pritom nie je braný zreteľ na to, aké má návštevník štúdia predchádzajúce vzdelanie. Celoživotné vzdelávanie v Ostrave umožňuje Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava na piatich fakultách a to na Ekonomickej, Hornicko-geologickej, Strojnej fakulte, na Fakulte bezpečnostného inžinierstva a na Fakulte metalurgie a materiálového inžinierstva. Ostravská univerzita v Ostrave praktikuje celoživotné vzdelávanie taktiež na piatich fakultách a to na Prírodovedeckej, Pedagogickej, Lekárskej, Filozofickej fakulte a na Fakulte sociálnych štúdií. Výučba väčšinou prebieha jedenkrát za štrnásť dní v priestoroch tej ktorej univerzity. Poplatky, dĺžku štúdia a študijné osnovy si určuje každá fakulta podľa svojich vlastných vnútorných stanov a požiadaviek.

Z kapitoly môže vyvstávať potvrdenie prvej hypotézy, ktorá bola v druhej časti bakalárskej práce vyslovená a teda že seniori z Ostravy majú možnosť aktívne starnúť, rozvíjať svoju fyzickú kondíciu a psychický stav, zúčastňovať sa verejného života a rozvíjať v meste aj svoje sociálne väzby a kontakty.

### **3.3 Možnosti rozvoja mediálnej gramotnosti seniorov**

Seniori v meste Ostrava podľa prieskumov trhu vykonaných pre účely tejto bakalárskej práce nemajú veľa možností, ako by mohli svoju mediálnu gramotnosť rozvíjať, lepšie povedané možnosti podobného rozvoja v meste úplne absentujú. Z tohto dôvodu je nutné hneď na začiatku podkapitoly vyvrátiť druhú hypotézu, ktorá bola určená a teda že seniorom v Ostrave je umožnené voľnočasovými aktivitami mediálnu gramotnosť rozvíjať. Kurzy, ktoré by staršiu generáciu pripravili na pôsobenie mediálnej komunikácie v spoločnosti, sa v meste, ako aj v celej republike, podľa informácií aktuálnych počas vypracovávania bakalárskej práce, neorganizujú. Vyhľadané boli organizácie a spoločnosti, ktoré kurzy mediálnej výchovy ponúkajú mimo Ostravu, bolo však zistené, že tieto kurzy sú určené buď žiakom stredných škôl a gymnázií, učiteľom základných škôl a gymnázií alebo organizáciám, ktoré majú záujem zvýšiť odbornosť svojich pracovníkov záujmového a neformálneho vzdelávania. Avšak seniori by taktiež mali mať možnosť rozvíjať svoje schopnosti, znalosti a postoje vzťahujúce sa k médiám. Z týchto dôvodov druhú hypotézu vyvraciam ako nepravdivú a musíme tvrdiť, že seniori nemajú priestor k rozvoju ich mediálnej gramotnosti.

## **Aplikácia záverov výskumu „Stav mediálnej gramotnosti v ČR“**

Potrebu zvyšovania mediálnej gramotnosti seniorov dokladá aj výskum z roku 2011 Rady pre rozhlasové a televízne vysielanie (ďalej len RRTV), ktorý bol vytvorený v spolupráci s Centrom pre mediálnu službu CEMEM. Zameriaval sa na úroveň mediálnej gramotnosti ako na stav

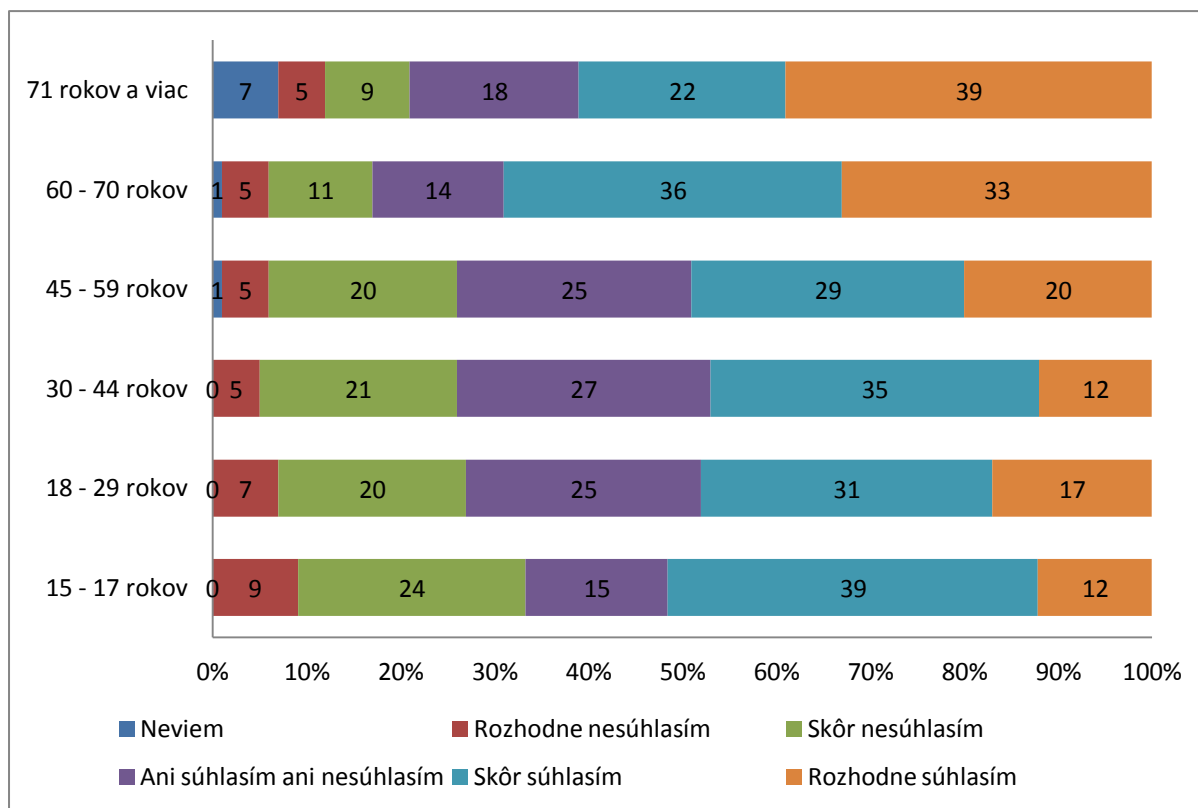
- schopností naviazaných na používanie a ovládanie médií a dostupných komunikačných prostriedkov,
- znalostí o výhodách, rizikách a chovaní médií vo vzťahu k politike či ekonomike vrátane základných predstáv o spoločenskej roli médií,
- postojev k médiám a komunikačným prostriedkom, ktoré sa môžu pohybovať v škále odmietavé – ostrážité – zhovievavé, alebo na ose závislosť – nezávislosť v protiklade k závislosť – ignorovanie (RRTV, 2011).

Výskum nebol zameraný primárne na mediálnu gramotnosť, ktorou disponuje populácia seniorov, avšak z jeho výsledkov vyplývajú niektoré závery, ktoré sú na staršiu generáciu bez problémov aplikovateľné.

Výskum ukázal, že staršia generácia sa často cíti oproti tej mladšej znevýhodnená vzhľadom na internetovú komunikáciu, internetové spravodajstvo a vôbec všetko, čo sa týka internetu. Myslia si to takmer dve tretiny opytovaného reprezentatívneho vzorku obyvateľov ČR starších ako 71 rokov a taká istá časť ľudí vo veku od 60 do 70 rokov. Tento názor mal podporu naprieč všetkými sledovanými vekovými kategóriami. Ak by sme to zhrnuli tak podľa výskumu môžeme povedať, že viac ako polovica ľudí súhlasí s tým, že internet a všetko čo s ním súvisí jednoznačne diskriminuje staršie generácie. Grafický doklad nám poskytuje aj graf 3.1.



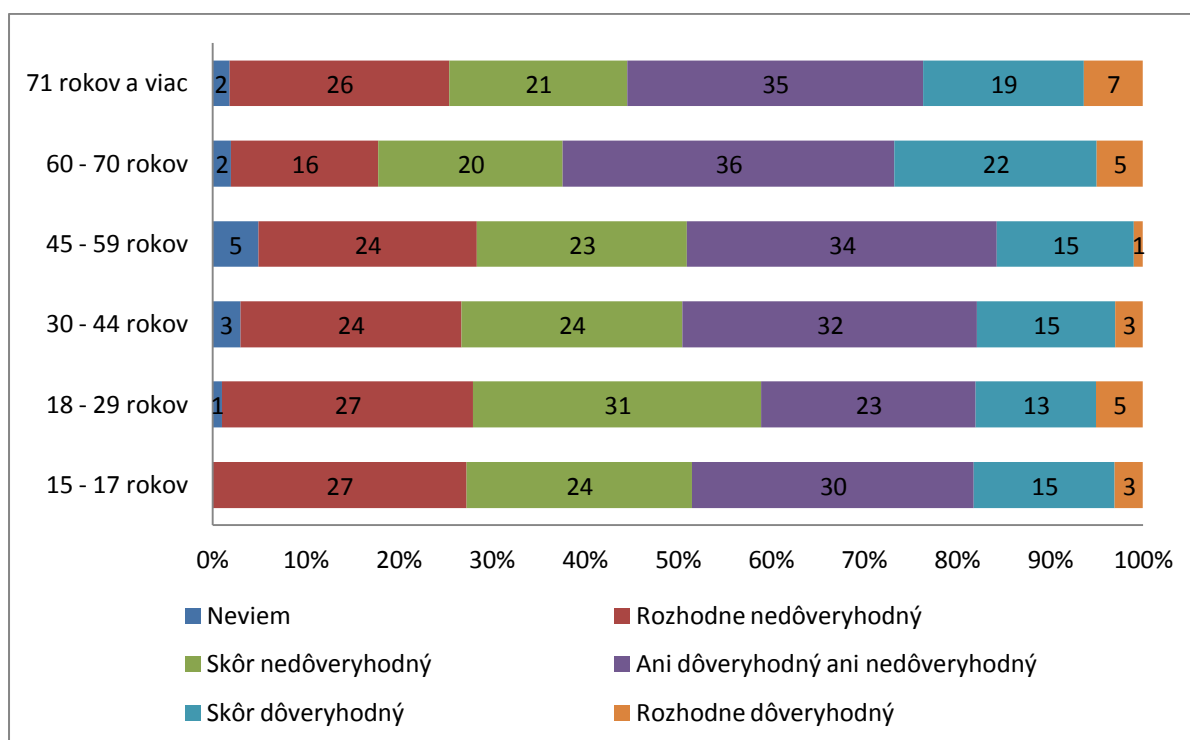
Graf 3.1 Do akej miery súhlasíte s tým, že internet a všetko čo s ním súvisí, znevýhodňuje staršiu generáciu (v %)?



Zdroj: RRTV, 2011; vlastné spracovanie

Ďalším pre bakalársku prácu aplikovateľným záverom výskumu RRTV je, že všeobecná dôveryhodnosť teleshoppingu je veľmi nízka. Tento fakt sám o sebe by nebol prekvapivý. Až 58 % respondentov vo veku od 18 do 30 rokov tomuto formátu vôbec nedôveruje a nesúhlasí s ním. Dôveryhodnosť potom mierne prevažuje u žien (21 %) nad mužmi (17 %). Zaujímavý moment nastáva pre naše účely až pri zistení informácie, že s vekom pocit vierohodnosti podobných reklám v televízií výrazne narastá. Konkrétne je rast evidentný vo vekovej skupine nad 60 rokov. Je možné vyvodiť z tohto výsledku fakt, že seniori sú vo vzťahu k televíznym programom nadpriemerne dôverčiví. Je možné, že na základe dôvery v televíznu obrazovku tým pádom nerozlišujú seniori medzi televíznymi programami a priamou inzerciou. Teleshopping môžeme zaradiť niekde doprostred tohto spektra. Pre výsledky výskumu viď Graf 3.2.

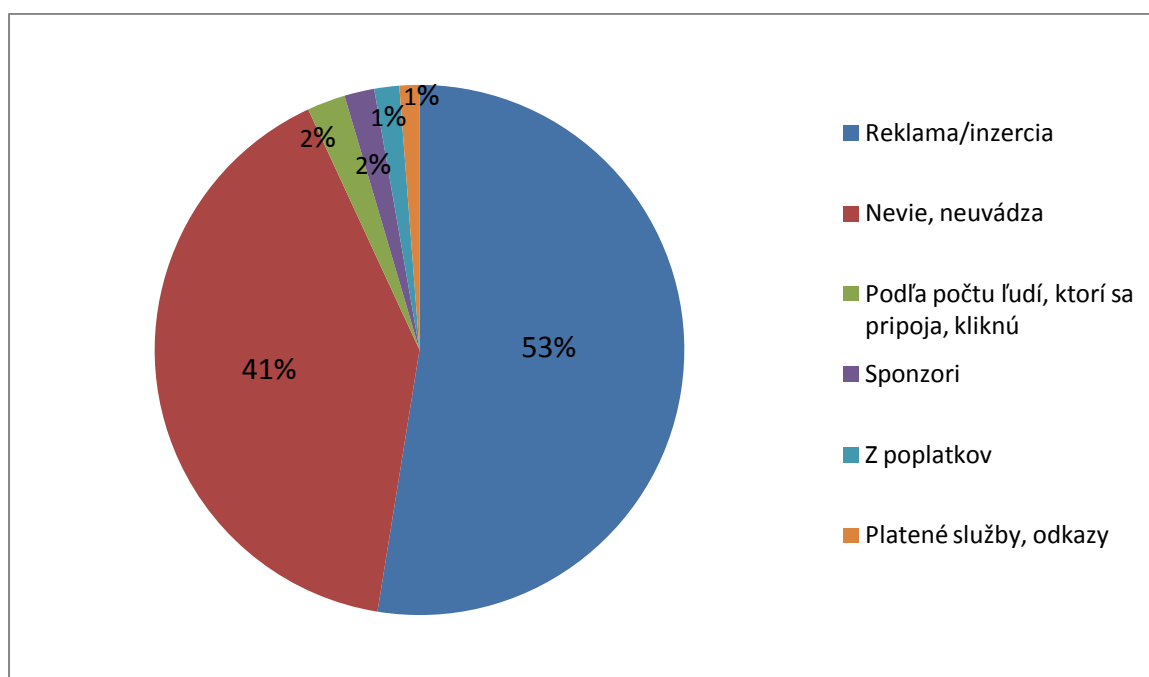
Graf 3.2 Do akej miery považujete za dôveryhodné zdroje informácií z teleshoppingu (v %)?



Zdroj: RRTV, 2011; vlastné spracovanie

Veľmi zaujímavé je tiež sledovať, čo obyvatelia ČR vedia o financovaní webových stránok. Na tomto mieste sa nedá obracať len na staršiu generáciu, ale aj na ostatných obyvateľov republiky. Dvaja z piatich opýtaných nemajú poňatia o tom, z akých konkrétnych finančných prostriedkov môžu byť webové portály financované. Pritom táto otázka je kľúčovým záchytným bodom, pokiaľ sa bude jednať o internetové obsahy (obzvlášť inzerciu). Otázka financovania silne vplýva na všetky ostatné faktory, s ktorými sa návštevníci internetových stránok stretnú. Je dôležitou hlavne preto, aby konzumenti týchto obsahov mali na pamäti, že správy daného webového portálu môžu byť inzerentmi silne ovplyvnené. V grafe 3.3 jasne vidno, že povedomie o tejto problematike má len niečo cez polovicu reprezentatívneho vzorku občanov ČR. A ani toto povedomie nie je úplné a často krát aj nesprávne interpretované.

Graf 3.3 Z čoho sú najviac financované webové portály typu Seznam.cz (v %)?



Zdroj: RRTV, 2011; vlastné spracovanie

### 3.4 Rozvoj mediálnej gramotnosti seniorov v kurze mediálnej výchovy

Predošlé kapitoly ukázali, že je veľmi dôležité rozvíjať mediálnu gramotnosť či už z dôvodu predchádzania podvodov páchaných každodenne na senioroch, alebo prílišnej neopodstatnenej dôverčivosti starších generácií smerom k médiám. Za týmto výrokom nestojí iba jedinec, ale aj štát, ktorý mediálnu výchovu od školského roku 2007/2008 označil ako povinný predmet výučby na všetkých základných školách v ČR. Pritom sa dá vyučovať ako samostatný predmet, predmet integrovaný do vybraných vyučovacích predmetov, alebo výuka realizovaná prostredníctvom projektov. Je veľmi rozumné, aby sa mladí ľudia vzdelávali v mediálnom obore, nie je však na mieste vynechávať z tohto procesu seniorov. Ľudia patriaci do vyššej vekovej kategórie často krát nerozumejú médiám a ich vplyvu, celému historickému a tematickému kontextu.

Preto bude cieľom nasledujúcej podkapitoly vytýčiť body, ktorých by sa mala mediálna výchova seniorov dotýkať a okruhy, ktoré by mali byť po absolvovaní kurzu mediálnej výchovy pre seniorov pochopiteľné, zrozumiteľné a vyjasnené. Ďalej bude jej úlohou navrhnúť všetky detaily, ktoré by sa mali kurzu mediálnej gramotnosti pre seniorov týkať. Či už ide o potrebné vybavenie kurzu, jeho umiestnenie, požiadavky na školiteľov,

pravidelnosť kurzov, finančné a marketingové hľadisko prevádzky, návrhy výstupu kurzu a podobné otázky.

### 3.4.1 Teoretická základňa kurzu

Ako podklad pre túto podkapitolu boli zvolené osnovy, ktoré boli vytvorené pre výučbu mediálnej gramotnosti na základných školách. Ťažko by sa dalo poprieť, že osnovy pre základné školy budú spĺňať účel, ktorý si vyžaduje mediálna výchova seniorov, rovnako ako spĺňa účely výchovy mladších generácií. Podľa Rámcového vzdelávacieho programu pre základné vzdelávanie (ďalej iba RVP ZV) musí mediálna výchova obsahovať základné poznatky a zručnosti, ktoré sa týkajú médií a mediálnej komunikácie. Tematické okruhy sa delia na okruhy receptívnych a produktívnych činností.

Okruhy produktívnych činností:

- práca v realizačnom tíme,
- tvorba mediálnych obsahov.

Okruhy receptívnych činností:

- kritické čítanie a vnímanie mediálnych obsahov,
- interpretácia vzťahu mediálnych obsahov a reality,
- stavba mediálnych obsahov,
- vnímanie autora mediálnych obsahov,
- fungovanie a vplyv médií v spoločnosti (Výskumný ústav pedagogický, 2007).

Pokiaľ žiaci základných škôl prejdú týmito okruhmi, dalo by sa tvrdiť, že krok za krokom získali základy mediálnej gramotnosti. Podobné okruhy by sa zaiste dali aplikovať aj na kurzy mediálnej výchovy pre seniorov.

Podľa Príručky mediálnej výchovy, ktorá vznikla ako výsledok projektu Mediálna výchova pre gymnázia realizovaného Koaliciou nevládek Pardubicka, o.s. a spolufinancovaného štátnym rozpočtom a Európskym sociálnym fondom v ČR, by mali študenti učiaci sa mediálnej výchove prechádzať cez osem hlavných tematických okruhov (Krouželová, 2010).

1. **Mediálna výchova a mediálna gramotnosť.** Cieľom prvého okruhu je, aby účastníci kurzu získali prehľad o fungovaní médií, o ich histórii, význame a roli v spoločnosti.

Mali by sa zoznámiť s novou kompetenciou – mediálnou gramotnosťou, získať prehľad o historickom a teoretickom kontexte médií, zaradiť si určité historické medzníky a pochopiť vývoj médií. To všetko interaktívnou a praktickou formou výkladu a diskusie.

2. **Rola médií v informačnej spoločnosti.** Cieľom druhého okruhu je ponaučenie, že médiá nie sú pre spoločnosť iba prostriedkom postupovania informácií, ale hlavne spoločnosť a každého jedinca v nej priamo dotvárajú. Účastníci kurzu si majú uvedomiť, ako rozpínavé tendencie médií špecificky pôsobia na každú vekovú skupinu obyvateľstva, ako si vďaka médiám obyvatelia vytvárajú názory a závery. Je dôležité poukázať tu teóriu na konkrétnych príkladoch a rozboroch mediálnych obsahov.
3. **Public relations a reklama.** V treťom okruhu by sa mali účastníci kurzu zoznámiť s pojmom Public relations (PR), vedieť ho správne zaradiť, pomenovať jeho prostriedky a rozlišovať ho od komerčného marketingového obsahu. Mali by získať prehľad o komerčných obsahoch a reklame ako takej v tlačенých, elektronických či internetových médiách. Je nutné sem pripojiť poznámky o klamlivej reklame či o novodobých marketingových postupoch voči zákazníkovi.
4. **Masová komunikácia a žurnalistika.** Vo štvrtom oddiele si účastníci kurzu pripomenú špecifiká elektronických, tlačéných a internetových médií, bude im osvetlená funkcia žurnalistiky v systéme demokracie, naučia sa rozpoznávať jednotlivé žurnalistické žánre a verejnoprávne médiá od tých bulvárnych.
5. **Mediálna produkcia.** Piaty okruh pomôže účastníkovi kurzu ozrejmiť pojem mediálny priemysel a jeho produkty, ktoré by mali byť vysvetlené ako ucelené diela, ktoré vznikajú na základe tvorivej práce a sú prenášané na verejnosť pomocou komunikačných obsahov, kampaní a reklamy.
6. **Vizuálna komunikácia.** V šiestom module sa účastníci kurzu mediálnej výchovy dozvedia, prečo by firmy a spoločnosti mali mať jednotnú vizuálnu identitu, v čom je odvetvie vizuálnej komunikácie dôležité. Mali by sa dozvedieť informácie o historickom vývoji značiek, kódov a symbolov, to všetko s dostačujúcou vizuálnou prezentáciou.
7. **Mediálna legislatíva a regulácia v ČR.** Počas siedmeho tematického okruhu by sa mali účastníci kurzu utvrdiť v tom, že aj médiá majú svoje kvôli mediálnym rizikám svoje zákonné pravidlá a ich porušovanie je trestné. Seniori budú poučení

o konkrétnom fungovaní regulácie obsahu a regulácie prístupu k vysielaniu a aj o určitej samoregulácii médií, ktorá v nich funguje.

8. **Médiá v politike.** Posledný, teda ôsmy okruh bude zameraný na fungovanie politiky v médiách v minulosti a dnes, na rôzne prístupy, ktoré majú politici voči médiám, na pojmy ako sú propaganda, manipulácia a cenzúra a vysvetlí dôležitosť médií vo vzťahu k voličom v republike.

Tematické okruhy nemusia byť striktne dodržané v presnom poradí, v akom nasledujú za sebou, avšak tieto boli zoradené podľa princípu od najjednoduchšieho k najťažšiemu a od všeobecného ku konkrétnemu. Ak seniori počas kurzu zvládnu prejsť cez všetky okruhy, porozumieť im a odniesť si z nich cenné príklady, mala by ich mediálna gramotnosť v značnej miere vzrásť.

### **3.4.2 Praktické vymedzenie kurzu**

#### **Časová náročnosť**

Kurz mediálnej výchovy pre seniorov, ako je zamýšľaný v bakalárskej práci, by mal obsiahnuť všetkých osem spomínaných okruhov, pričom by bolo ideálne, aby na každý okruh vyšli dve až tri hodinové lekcie. Táto úloha je však z časových dôvodov a pre nepovinnosť kurzu, ako aj kvôli všeobecnej neochote seniorov robiť si dlhodobšie plány do budúcnosti veľmi nepravdepodobne splniteľná. Namiesto takéhoto riešenia by bolo vhodné navrhnúť kurz, ktorý bude obsahovať presne desať hodín čistého vyučovacieho času. Počas tejto doby sa dá aspoň okrajovo venovať všetkým tematickým okruhom a zároveň je možné nájsť si čas na vytvorenie jednoduchého praktického výstupu kurzu. K nemu v ďalšom odstavci. Dotácia hodín by z praktických dôvodov vychádzala na jednu hodinu mediálnej výchovy týždenne, čo znamená desať týždňov trvajúci kurz.

#### **Výstup**

Aby sa výraznejšie zvýšil záujem o kurz mediálnej výchovy pre seniorov, bolo by vhodné určiť praktický výstup, ktorý by do konca kurzu účastníci spracovali. Seniorov by tento výstup motivoval k snahe dokončiť kurz a vyskúšať si svoje vedomosti nielen pomocou otázok a odpovedí medzi nimi a školiteľom, ale aj na základe vlastných praktických skúseností a poznatkov.

Výstup kurzu by teda predstavoval výtlačok novín, ktorý by od začiatku do konca spracovali účastníci kurzu. Táto činnosť by sa týkala všetkých prvkov žurnalistickej, editorskej, redaktorskej, grafickej a marketingovej práce v médiu. Seniori by mali za úlohu vymýšľať grafické spracovanie, odfotografovať tematické fotografie, vymyslieť témy reportáží a rozhovorov, umiestniť do novín reklamu (ktorá by mohla byť fiktívna alebo aj skutočná), podieľať sa na faktografickej kontrole príspevkov. Noviny sú však iba jednou zo širokej možnosti spracovania témy do praktického prevedenia. Za ďalšie vhodné alternatívy by sme mohli považovať tvorbu internetového spravodajského portálu v jeho najjednoduchšej (alebo dopredu pripravenej) podobe, či prípravu elementárneho televízneho spravodajstva.

Vhodným variantom by mohlo byť aj nakrútenie jednej časti televízneho spravodajstva vytvoreného tímom účastníkov kurzu. Práca by sa však v tomto prípade týkala aj digitálneho spracovania, avšak mohla by sa zamerať na to najjednoduchšie možné spracovanie. To isté sa týka aj spracovania internetových správ pre klub seniorov alebo organizáciu, do ktorej sa seniori zaraďujú.

Prakticky by sa seniori výrobe mohli venovať jednu až dve hodiny, v ideálnom prípade však aj vo svojom voľnom čase kvôli nízkej hodinovej dotácii.

Na tomto mieste je veľmi dôležitá aj otázka dostupnej techniky. V prípade nedostatku akýchkoľvek technických zariadení môžu seniori so školiteľom vytvoriť iba novinový výtlačok vyrobený vlastnoručne bez počítača či tlačiarne, pri tejto ceste by seniori mali možnosť zdokonaľiť svoje motorické schopnosti.

### **Požiadavky na technické vybavenie**

Kurz mediálnej výchovy, ako je primárne zamýšľaný v bakalárskej práci, by mal byť uskutočniteľný aj bez špeciálnych prístrojov a technológií, ktoré sú zväčša obtiažne pre podobné kurzy zabezpečiť. Preto by k sedeniam so seniormi mala stačiť bežná učebňa či zasadacia miestnosť so stoličkami a stolmi, poprípade s interaktívnou tabuľou. Čo sa týka technického zabezpečenia, nemalo by byť problémom využívať bežne dostupné technológie ako sú magnetofón, rozhlas, prenosný počítač. Aj podľa RVP je možno pri výučbe využiť bežne dostupné technické prostriedky, ako sú televízia, CD prehrávač, diktafón a pod. Ak sa kurz mediálnej výchovy môže uskutočňovať v priestoroch vybavených počítačovou technikou, je to len výhodou. Tlačený materiál, ako sú noviny, informačné alebo reklamné letáky či časopisy môžu účastníci kurzu doniesť aj z domova, o to je ich ponuka pestrejšia

a zaujímavejšia. Školiteľ kurzu by mal mať možnosť kopírovať dokumenty tak, aby s nimi mohli pracovať všetci účastníci kurzu.

Všetky technické požiadavky na kurz, rovnako ako jeho časová náročnosť, potrebné pomôcky k výučbe či konkrétne rozdelenie tém medzi vyučovacie hodiny sú graficky spracované v Prílohe č. 1 bakalárskej práce.

### **Požiadavky na školiteľa kurzu**

Školiteľ kurzu mediálnej výchovy pre seniorov má mať praktické aj teoretické zaškolenie v obore, pracovné skúsenosti nielen so seniormi, ale aj s podobnými kurzami, s výučbou, poprípade priamo s vedením mediálnej výchovy. Je nutnosťou, aby tento lektor sledoval najnovšie trendy v mediálnej sfére a orientoval sa vo svete médií. Pre účastníkov bude v jeho réžii vymyslený interaktívny, zaujímavý a pútavý výklad, ktorý im vysvetlí zákulisie zábavného a mediálneho priemyslu.

Jeho predpríprava na kurz spočíva v teoretickej aj praktickej príprave. Od lektora sa vyžaduje, aby na každú hodinu pripravil potrebné materiály k výučbe, poprípade ich rozmnožil pre všetkých účastníkov kurzu. Je vhodné, aby hodiny obsahovali interaktívne ukážky a zaujímavé príklady z mediálnej praxe. Základom jeho práce sa má stať dochvilnosť, presnosť, ale aj trpezlivosť. Pre seniorov predstavuje spoľahlivého a odhodlaného sprievodcu svetom médií.

Lektorova odmena sa odvíja od primeranej hodinovej mzdy, ktorú bude presnejšie popisovať kapitola o financovaní kurzu. Práca mu má sprostredkovať užitočné skúsenosti nielen s prácou v oblasti školiteľstva, ale hlavne v oblasti práce so seniormi.

### **Plánované miesto výučby**

Rozhodnutie o umiestnení kurzu mediálnej výchovy pre seniorov je primárne na zriaďovateľovi kurzu. Podľa autora bakalárskej práce existuje niekoľko možností, kam kurz umiestniť. V prvom rade musí miesto spĺňať funkciu dostupnosti pre obyvateľov starších generácií. Miesto má splniť požiadavku ľahkej dostupnosti zo zastávok mestskej hromadnej dopravy, skôr umiestnenie v centre mesta či v niektorej z jeho vedľajších častí. Na kurz sa seniori majú možnosť dostať bezbariérovým vstupom, poprípade bude miesto konania kurzu zodpovedať požiadavke čo najnižšej možnej pohybovej bariéry.



Miestnosť určená pre výučbu sa javí ako priestranná, každému účastníkovi poskytneme vlastné pohodlné posedenie a dostatok miesta na manipuláciu s materiálom potrebným k výučbe v kurze.

Je vítané, ak má zriaďovateľ možnosť organizovať kurzy vo vlastných priestoroch. Ako príklad dobrej praxe je možné na tomto mieste uviesť Charitné stredisko Gabriel – komunitné centrum pre seniorov. Stredisko má pre svoje aktivity dostatok vhodného priestoru, mimo iné aj počítačovú učebňu, v ktorej by bola možnosť kurz prevádzkovať.

Nie je však nutné, aby zriaďovateľ podobnými priestormi disponoval. V podkapitole o financovaní kurzu sa táto alternatíva nepripúšťa a rozpracovaný bol návrh prenájmu učebne v meste Ostrava. Kvalitné učebne sú v meste aj jeho okrajových častiach veľmi jednoducho a široko dostupné, čo vyplýva z internetového prieskumu spracovaného pre potreby bakalárskej práce. Prenajímané učebne zväčša ponúkajú počítač, dataprojektor, magnetickú tabuľu, WC a malú kuchynku na poschodí. Vyhľadávali sme učebne s pracovnými miestami pre max. 15 účastníkov kurzu a školiťa.

Prenajaté priestory učební budú následne zaplatené z poplatkov, ktoré uhradia účastníci kurzu, alebo z príspevkov mesta, samosprávneho kraja či EÚ. Podrobnejšie k financovaniu výdavkov kurzu v nasledujúcej podkapitole.

## **Financovanie kurzu**

Na kurz mediálnej výchovy pre seniorov je potrebné pozeráť aj z finančného hľadiska. V tejto podkapitole je teda vhodné vyriešiť všetky otázky týkajúce sa financovania kurzu, jeho odhadovaných plánovaných nákladov a výnosov.

Ako prvé nás predovšetkým zaujímajú náklady, ktoré si prevádzkovanie kurzu mediálnej výchovy vyžiada. Pre účely bakalárskej práce sa počíta minimálne so štyrmi nákladovými položkami, ktoré sú v tomto prípade:

- mzda prítomného lektora,
- prípadný prenájom priestorov určených k výučbe,
- náklady na pomôcky,
- náklady na propagáciu kurzu.

Priemerná hodinová mzda lektora bola inšpirovaná priemernou odhadovanou hrubou mesačnou mzdou školiťov a lektorov v ČR podľa dostupných internetových zdrojov

vyhľadaných pre účely práce. Táto mzda sa v ČR odhaduje na 30 234 Kč. Veľmi jednoduchou metódou bola z tejto hodnoty vypočítaná priemerná denná a následne aj hodinová čiastka pre plat lektora. V tomto prípade bola vypočítaná suma 126 Kč. Vo výpočtoch však používame priemernú hodinovú mzdu 150 Kč z dôvodu malého počtu či nedostatku školiteľov mediálnej výchovy, poprípade finančnej motivácie vhodných adeptov.

Prenájom učební a školiacich miestností v Ostrave záleží do veľkej miery na konkrétnom umiestnení zariadenia poskytujúceho tieto služby, od vybavenia učební a od počtu dostupných miest (vybrané boli učebne s pätnástimi učebnými miestami). Sumy za hodinový prenájom sa tu pohybujú od 75 do 300 Kč za hodinu, pričom vo väčšine prípadov je v priestoroch dostupný dataprojektor, PC, WC a kuchynka. Rôzne hodinové poplatky za prenájom učební v Ostrave boli spriemerované a výsledkom tohto priemeru je čiastka 178 Kč. Tento poplatok bol však opäť zaokrúhlený smerom nahor z jednoduchého dôvodu ekonomickej opatrnosti.

Čiastka, ktorá sa týka nákladov na pomôcky, sme vypočítali na 100 Kč za vyučovaciu hodinu. Do tejto sumy bol započítaný jeden výtlačok novín (približne 20 Kč), jeden výtlačok časopisu (približne 40 Kč), 15x množenie potrebných materiálov (približne 30 Kč) a 10 Kč rezerva. Samozrejme táto suma je skutočne len ilustračná. Zaujímavé výtlačky novín či časopisov by mal mať k dispozícii školiteľ, na niektorých hodinách taktiež vôbec nie sú potrebné, prípadne sa dajú pomerne ľahko vyhľadať na internetových stránkach rôznych médií. Množenie dokumentov taktiež nie je nutné pre každú vyučovaciu hodinu kurzu mediálnej výchovy.

Poslednou položkou sú náklady na propagáciu kurzu pre seniorov. Propagačné materiály, ktoré boli skúsenosťami uznané ako vhodné a cenovo prijateľné, sú letáky a plagáty. Ich grafická príprava a následná tlačová realizácia bola odhadnutá na jednorazový poplatok 500 Kč. Ďalšia propagácia by sa mala týkať neplatených novinových oznamov, rozposielania informačných mailov (pomocou databáz klubov seniorov a kultúrnych zariadení v Ostrave) a individuálnej súkromnej propagácie.

Všetky plánované a orientačné náklady boli prehľadne spracované do tabuľky 3.3, kde je vidieť aj finálnu čiastku nákladov, ktorá je v súčte predpokladaná na 5 000 Kč za celý kurz mediálnej výchovy pre seniorov.

**Tab. 3.3 Náklady na kurz mediálnej výchovy pre seniorov (v Kč)**

	<b>Školiteľ</b>	<b>Prenájom</b>	<b>Pomôcky</b>	<b>Propagácia</b>	<b>Celkom</b>
1 hodina	150	200	100	-	450
10 hodín	1500	2000	1000	500	5000

Zdroj: vlastné spracovanie, 2014

Keďže odhadované náklady na priebeh kurzu sú odhadované na čiastku 5000 Kč, musia tejto sume aspoň približne odpovedať aj výnosy, ktoré kurz zriaďovateľom prinesie. Po zorientovaní sa v cenách kurzov pre seniorov na internetových stránkach ale aj po skúsenostiach získaných pre potreby bakalárskej práce je vhodné navrhnúť sumu splatenú k rukám zriaďovateľa na začiatku kurzu vopred, tzn. je odporúčené vyžadovať od seniorov jednorazový poplatok. Podľa porovnávania cien kurzov pre seniorov v rámci bakalárskej práce (porovnávané boli ceny kurzov anglického jazyka, tvorivých dielní, jogy a PC kurzov v Ostrave) by sa mal tento poplatok pohybovať v rozmedzí medzi 40 – 50 Kč za jednu vyučovaciu hodinu kurzu. To znamená, že suma zodpovedajúca poplatkom jedného seniora za desať hodín výučby mediálnej gramotnosti by mala byť 400 – 500 Kč. Pre potreby bakalárskej práce budeme počítať so sumou 50 Kč za jednu výučbovú hodinu, ako je ďalej popísané v grafe 3.4. V prípade desiatich až pätnástich účastníkov kurzu mediálnej gramotnosti pre seniorov by mali tieto výnosy pokryť, resp. prevýšiť vzniknuté náklady na prevádzkovanie kurzu jeden krát do týždňa po dobu desiatich týždňov, tzn. dva a pol mesiaca.

**Tab. 3.4 Výnosy kurzu mediálnej gramotnosti pre seniorov (v Kč)**

	<b>1 hodina</b>	<b>10 hodín</b>
1 senior	50	500
10 seniorov	500	5000
15 seniorov	750	7500

Zdroj: vlastné spracovanie, 2014

Ideálna situácia by samozrejme vznikla vtedy, ak by kurzy mediálnej gramotnosti malo možnosť podporovať Štatutárne mesto Ostrava, alebo ak by zriaďovateľ vytvoril projekt na podporu kurzov zo sociálnych fondov EÚ. Ak zriaďovateľom nie je súkromná osoba, ale príspevková organizácia, môže byť financovanie kurzu o niečo jednoduchšie z hľadiska finančnej pomoci štátu či EÚ.

## Propagácia

Na tomto mieste pravdepodobne začne vyvstávať otázka, akými prostriedkami je vhodné informovať seniorov o tom, že mediálna gramotnosť je pre nich dôležitá a mali by sa v tomto smere omnoho viac vzdelávať. Samotná reklama môže byť v mnohých prípadoch málo presvedčivá či neúčinná. Ideálna situácia by nastala, keby sa téma nedostatočnej mediálnej gramotnosti seniorov dostala na povrch mediálnej sféry a tam sa určitý čas udržala v primeranom diskurze. Samozrejme ovplyvňovanie mediálnej tematiky a agenda setting a agenda cutting v médiách je pre zriaďovateľov kurzov pre seniorov veľmi vzdialeným pojmom a preto sa podobnou problematikou nie je vhodné momentálne zaoberať. Organizátori či zriaďovatelia kurzu mediálnej výchovy by sa v prvom rade mali zamerať na marketing zacielený na určitú skupinu seniorov z Ostravy.

Vhodnou propagáciou kurzu by mohol byť roznos informačných letákov do kultúrnych domov a zariadení pre seniorov. Ďalšiu príležitosť je možné vidieť v rozposielaní elektronickej pošty pre domovy dôchodcov a príspevkové organizácie pracujúce so seniormi. Opäť môžeme na tomto mieste uviesť ako príklad z praxe Charitné stredisko pre seniorov Gabriel, ktoré spadá pod Charitu Ostrava. Táto organizácia mala v roku 2012 podľa internetových zdrojov dostupných presne 5710 elektronických kontaktov na potenciálnych užívateľov kurzu, ktoré by sa po dohode dali využiť. Vhodnými sa môžu stať tiež reklamy v mestských, regionálnych, či krajských novinách. Pri tejto tematike sa nesmie zabúdať ani na stále populárnejšie webové portály pre seniorov, ktoré taktiež ponúkajú široký priestor pre inzerciu všetkého druhu. Podobná inzercia však nie je započítaná ako položka v nákladoch kurzu, takže pokiaľ by sa táto možnosť naskytla, mala by byť zrealizovaná bezplatne na základe ústnej dohody.

## 4 RIEŠENIE DANEJ PROBLEMATIKY V MÉDIÁCH

### 4.1 Úvodný článok

#### Nie ste na to už príliš starí?

Nositeľ Nobelovej ceny za literatúru George Bernard Shaw kedysi povedal: „*Aj staroba má svoje prednosti. Len si momentálne nemôžem spomenúť aké.*“ Tým vystihol realitu, ktorá pre nejedného seniora často nastáva po jeho príchode na zaslúžený odpočinok.



Obrázok 1. Autor: E. Honíšková, 20. 2. 2012

Ako sa žije českým seniorom? Vedia si vychutnávať voľné chvíľky, starnúť spokojne a aktívne?

„*Dôchodok som si začala „užívať“ už predčasne, pretože mi dva roky pred odchodom z práce dali výpoveď. Takú situáciu som si nikdy nevedela ani predstaviť,*“ začína svoje rozprávanie takmer sedemdesiatročná Zuzana Horáková z Ostravy. Veľkú časť svojho života pracovala ako manažerka logistiky v stále sa rozrastajúcej spoločnosti. Zvykla si mať vysoké pracovné tempo a každú úlohu zvládala s plným nasadením síl. „*Jedného dňa mi šéf povedal, že by som mala odísť, vraj už pre firmu nemám taký prínos, ako kedysi. Jednoducho povedané: bola som pre nich pristará,*“ pokračuje dôchodkyňa s drobnou horkosťou v hlase. Nie je jediná, koho pre vyšší vek firmy, ale aj ľudia v spoločnosti diskriminujú.

#### Buďme spravodliví

Podľa výskumu s názvom Ageismus 2007 pozná podobnú diskrimináciu viac ako tretina zo starostlivo vybranej vzorky ľudí z Českej republiky od 18-80 rokov. Takmer štyridsať percent zo skupiny tiež počúva o starších ľuďoch pravidelne nedôstojné vtipy. Zaslúžia si to naši seniori?

V jednom českom časopise určenom pre zrelé ženy sa prednávkou objavil malý „vtipný“ článok s názvom 10 vecí, ktoré charakterizujú starobu. Nachádzali sa v ňom vety typu „čím menej zubov vám zostane, tým hryzľavejšie budú vaše poznámky“ a „čokoľvek vám dajú

najesť, spôsobí vám buď pálenie záhy, zápchu alebo hnačku“. Je takéto opisovanie staroby podľa odborníkov v rámci morálnych noriem médií? *„O ageizme, teda presnejšie o diskriminácii ľudí na základe veku sa takmer nerozpráva. Pritom predstavuje celospoločenský problém nielen v našej krajine a v našich médiách,“* tvrdí ostravský sociológ Juraj Hon.

Podľa slov psychologičky Emílie Gajdošovej sú starší ľudia v týchto súvislostiach často označovaní ako senilní či staromódni čo sa týka ich zručností, alebo morálky. Veľmi dôležitým faktorom je aj medzigeneračný rozdiel. U niektorých sa prejavuje natolko, že jednoducho nie sú schopní s druhou stranou vychádzať.

Zo spomínaného výskumu ageizmu vyplýva, že viac ako osemdesiat percent z vybranej vzorky Čechov vo veku od 18 - 29 rokov sa domnieva, že väčšina starých ľudí sa v súčasnom svete nevyzná. Viac ako šesťdesiat percent z nich si tiež myslí, že starí ľudia predstavujú pre štátny rozpočet príliš veľkú záťaž. Na druhú stranu takmer 95 % z opýtaných vidí absolútnu nespravodlivosť v tom, keď zamestnávateľ nechce zamestnávať ľudí nad 55 rokov. Vyplýva z toho, že ľudia síce považujú za diskriminačné správanie určovanie vekových bariér, na druhú stranu však berú staršiu generáciu skôr ako záťaž, než ako ekonomickú pomoc.

Prečo si vlastne verejnosť o staršej generácii myslí, že je zbytočná a nemôže štátu nijako pomôcť? Proti tejto predstave existuje mnoho logických argumentov. *„Seniori majú často o mnoho miernejšie emócie, než mladí. Sú špičkovými expertmi vo svojich oboroch vďaka tomu, že majú dlhoročné skúsenosti. Prečo ich potom spoločnosť odstavuje na druhú koľaj?“* rozmýšľa sociológ Hon.

### **Média vládnu svetom**

Odpoveď na túto otázku môže byť jednoduchá. Jedným z tvorcov verejného povedomia sú médiá, ktoré buď seniorov úplne ignorujú, alebo sa o nich vyjadrujú pomocou nelichotivých obsahov. Svoje si o tom myslí aj Jiří Kern, pedagóg Vysokej školy báňskej v Ostrave: *„Média k nám nie sú úprimné, hovoria o senioroch nelichotivo. Ak zmienka niečo pozitívne, ide zaručene o reklamu. Týka sa to hlavne súkromných, ale aj verejnoprávných televízií či rozhlasu.“*

Pred desiatimi rokmi prebehla v Česku prvá hĺbková analýza médií zameraná na vek a starobu, ktorá sa týkala piatich internetových a troch televíznych médií. Podarilo sa v nej preukázať, že v tlačených médiách prevládajú v súvislosti so seniormi negatívne ladené témy, ako sú dôchodky, ktoré predstavujú tretinu príspevkov o senioroch, druhú tretinu potom tvoria

témy s kriminálnym podtextom. V televízii sa najviac zobrazujú príspevky o senioroch a kriminalite, ktoré tvoria takmer štyridsať percent obsahov o staršej generácii. Pritom obsahy opisujúce úspešných dôchodcov či tematiku zdravotníctva a kultúry sú uverejňované len v okrajových dvoch percentách.

### **Seniori, nevzdávajte sa!**

Generácia seniorov by sa snád' nemala nechať vytláčať z verejného diania a naopak sa aktivizovať, ukázať spoločnosti, že nepatrí do „starého železa“. Zatiaľ sa dá už dnes. Stať sa aktívnym, sebestačným a spokojným so svojím vekom, skúsenosťami, emočnou pohodou. Mnoho seniorov so svojim aktívnym starnutím už začalo. Hovorí to aj vedúca charitného strediska Gabriel v Ostrave, Markéta Štěpánová: *„Veľký záujem je napríklad o jazykové krúžky, poslednou dobou sme zaznamenali zvýšenú návštevnosť kurzov práce na počítačoch. Seniori majú radi naše prednášky, návštevy múzeí a pamiatok, ktoré organizujeme. Môžem povedať, že starší ľudia určite majú veľký záujem učiť sa novým veciam.“*

V dnešnej dobe je naozaj pravdou, že seniori majú široké možnosti vzdelávania a rozvoja svojej osobnosti. Len v Ostrave je viac ako dvadsať inštitúcií a takmer štyridsať klubov, ktoré im ponúkajú nielen spoločenské vyžitie. *„Je pravda, že aj keď som zostala doma o niečo skôr, nenudím sa. Často vyrážame s vnúčatami na prechádzku do parku, navštevujem tvorivé dielne v centre mesta a venujem sa aj pohybovej aktivite,“* rozžiari sa v rozprávaní o svojich koníčkoch Zuzana Horáková.

### **Mediálna gramotnosť nám nehrozí**

Voľnočasové aktivity teda seniori zvládajú bez problémov. Ale ako sú na tom s mediálnou výchovou? U detí a mládeže je v tejto oblasti cieľ jasný. Mediálna výchova sa už pred ôsmimi rokmi zaradila v Česku medzi povinné predmety vyučované na školách. Prebiehajú tiež kurzy pre učiteľov, výskumy sledujúce zmeny k lepšiemu. Na staršiu generáciu sme avšak tak trochu pozabudli.

*„Často tomu nerozumiem. Televízia, rozhlas aj noviny sa od mojich čias veľmi zmenili. Už sa v nich neorientujem, neviem čomu mám veriť,“* sťažuje sa zaslúžilý včelár a čerstvý osemdesiatnik Karel Váňa z Ostravy. Podobných názorov je viac. Spoločnosť sa venuje rozvoju mladých, na starších sa stihlo v mnohých ohľadoch zabudnúť.

V Moravskoslezskom kraji a v podstate v celej republike doposiaľ neexistuje kurz, ktorý by seniorom ponúkol ucelený pohľad na problematiku médií. Markéta Štěpánová zo strediska Gabriel o tejto problematike tvrdí: „Určite je nutné na mediálnej gramotnosti seniorov pracovať, ale podľa mňa iba do istej miery. Často je snád' potrebné, aby mal senior okolo seba fungujúcu rodinu, ktorá by mu mimo iného pomohla aj v tejto oblasti.“

A čo ďalšieho človek okrem milujúcich ľudí okolo seba a zdravého ducha v tele potrebuje? Odpoveď každý z vás nájde v sebe samom.

## 4.2 Interview

### Slovom sociológa: Ostravskí seniori na tom nie sú až tak zle

*Je to sympatický pán v rokoch. Hnedú košeľu má perfektne nažehlenú, no v očiach mu šantí neposedná mladícka iskra. Z každého jeho slova srší pozitívna nálada a chuť do života. Doktor Juraj Hon je sociológ na dôchodku. O problematike starnutia vie mnoho, má veľa životných skúseností a neváha sa o ne podeliť.*



Obrázok 2. Autor: E. Honíšková, 5. 10. 2013

**Máte veľmi aktívny život. Aj keď ste seniorom, angažujete sa vo verejnom živote, organizujete mnoho akcií nielen pre seniorov, rozbehli ste nové internetové stránky, spolupracujete s mestom, galériou, knižnicou, školami,... Ako to všetko zvládáte?**

Nemyslím si, že by každému seniorovi takýto činorodý život neprislúhoval. Z vašej otázky vyplýva, že aktívne starnutie považujete za niečo pozitívne a správne, alebo snád' za oficiálnu prioritu. Asi máte pravdu. Ale niekedy uvažujem, či sú tieto kategórie objektívne. Život je mnohotvárný. A to je dobre. Neposudzujme

teda starnutie ako dobré alebo zlé v závislosti na aktivite či pasivite seniora. Ja som šťastný tak, ako môže byť šťastný každý iný neaktívny senior či dokonca mladý človek. Ani ma tak nezaujíma prečo niečo nejde, ale ako to urobiť,



aby to išlo. Neprikladal by som tomu ale „seniorské meradlo“. K takému životnému prístupu som sa dostával asi od tridsiatich rokov, alebo kedy to vlastne bolo.

**Nebolo by niekedy jednoduchšie ostať jednoducho doma pred televízorom a sťažovať sa na školstvo či zdravotníctvo?**

Odpoveď na túto otázku by som radšej prenechal iným, mňa sa to zas až tak netýka (smiech).

**Zažili ste niekedy na vlastnej koži situáciu, v ktorej ste boli diskriminovaní na základe vášho veku, tzv. ageizmus?**

Áno. Predovšetkým pri medicínskej starostlivosti, ktorú musím vyhľadávať u „cudzích“ lekárov. A snáď aj od niekoľkých málo úradníčok. Samozrejme že to v dnešnej dobe nemusí byť nič neobvyklého. Je to len moje osobné vnímanie, ale aj tak ma to poriadne šťve!

**Ako si podľa vás nažíva staršia generácia Ostravy?**

Som rád, že sa na to pýtate. Pred štyrmi rokmi sme presne na túto tému robili výskum s názvom Staří o mládí...a nejen tom. Oslovili sme viac ako 400 ľudí a vyšli nám zaujímavé výsledky. Vedeli ste napríklad, že až deväť z desiatich opýtaných seniorov má pozitívny vzťah k mestu? O koľkých mladých ľuďoch môžeme povedať niečo podobné? Myslím, že ostravskí seniori na tom podľa tohto zistenia nie sú až tak zle.

**V čom teda ostravskí seniori vidia najväčšie úskalía ich života?**

Pokiaľ sa budeme baviť o finančnej stránke starnutia, ukázalo sa, že skoro polovica opýtaných vychádza so svojim príjmom ťažko, tretina skôr ťažko a zvyšok je rovnomerne rozdelených medzi možnosti skôr ľahkého a ľahkého vyžitia. Tu bude teda určite jedno z úskalí.

**Vyšlo z výskumu niečo, čo by vás prekvapilo?**

Zaujímavé napríklad je, že takmer tretina opýtaných Ostravčanov sa na starnutie a starobu vôbec nepripravovala. Ďalšia tretina začala brať starobu vážne až po päťdesiatke, ostatní na

ňu celý život ani len nepomysleli. Tak premýšľame. Ale občas je dobré si uvedomiť, že starostlivosť o seniorov je dôležitá v rámci vývoja spoločnosti.

### **Takže by sme mali problému starnutiu populácie venovať väčší priestor?**

Určite. Táto problematika sa zaraďuje medzi hlavné faktory vývoja mesta. Je to predmet miestnej politiky, ale aj na univerzitách sa starnutiu vo svojich prácach venuje veľa študentov, kvalifikovaných učiteľov, katedier a inštitútov. Ako príklad môžem v Ostrave uviesť Fakultu sociálnych štúdií, Filozofickú či Pedagogickú fakultu Ostravskej univerzity, alebo Ekonomickú a Stavebnú fakultu Vysokej školy báňskej v Ostrave. Je skvelé, že do riešenia problému sa zapája stále viac mladých vzdelaných ľudí.

### **Spoločnosť sa teda o seniorov zaujíma. A čo médiá?**

Pozornosť nám je niekedy podľa mňa naozaj venovaná až nadmieru. Ale nikdy v pozitívnych súvislostiach. Pokiaľ sa hovorí o senioroch, vždy je to len v dehonestujúcom podtexte, napríklad v spojení s kriminalitou, zlou situáciou v zdravotníctve či v súvislosti so znižovaním dôchodkov.

### **Je podľa vás potrebné podnikat' kroky pre zvyšovanie mediálnej gramotnosti seniorov?**

S týmto musím súhlasiť. Rozhodne áno. Všeobecne povedané „je v psej“. Každý pokus o jej zvýšenie si podľa mňa zaslúži podporu. Tento problém v dnešnej dobe určite stojí za zamyslenie.

## **4.3 Anketa**

Agentúra PPM Factum v Česku pravidelne organizuje výskum s názvom Správa o českom internete (ZOČI). Jeho najnovšia vlna priniesla zaujímavé výsledky o voľnočasových aktivitách seniorov. Výskum preukázal, že s narastajúcim vekom rastie aj podiel osôb, ktoré pravidelne sledujú televíziu, čítajú noviny, časopisy a knihy, alebo záhradkárčia. Ľudia nad 60 rokov vraj tiež trávajú viac času pravidelným pobytom a prechádzkami v prírode. Surfovanie na internete, počúvanie hudby a športovanie sa zas naopak týka mladších generácií. Pokúšali sme sa zistiť situáciu v ostravských uliciach a tak sme sa seniorov opýtali na jednoduchú otázku: ako trávite svoj voľný čas?

**Ing. Miroslav Mančař, 65 rokov, manažér bezpečnosti**

Na dôchodku som len veľmi krátko, ani nie pol roka a zistil som, že mám naozaj veľa voľného času. Je to skvelé konečne si oddýchnuť po rokoch vstávania a stresov. Avšak práca mi chýba a preto sa snažím zamestnať ako to len ide. V pondelky a utorok mávam angličtinu, v stredu hrávam golf, štvrtky venujem udržiavaniu domácnosti a cez víkendy chodíme so ženou na chatu či navštevujeme známych. Nechcem ešte vypadnúť z tempa, najradšej by som bol aktívny ešte aspoň 40 rokov.

**Jaroslava Váňová, 73 rokov, cukrárka**

Vo voľnom čase najradšej pracujem na záhradke. Vždy je veľa práce, ktorá tam na mňa nepočká. Každé ráno kŕmim sliepky, občas okopávam, sadím, polievam. Zvyknem pomáhať aj v našom kostolíku, upratujem katedrálu a so ženami z dediny máme spolok kde pečieme a varíme na rôzne udalosti, ako sú svadby, narodeniny a podobne.

**RNDr. Jiří Kovář, 75 rokov, vysokoškolský pedagóg**

Vo svojom voľnom čase najradšej pracujem na našej záhrade a píšem slohové práce, lebo ma to naplňuje dobrým pocitom. Pri povolání pedagóga veľa čítam, hlavne však preto, že musím.

**MUDr. Tatiana Sotornik, CSc., 71 rokov, lekárka**

Ešte síce nie som na dôchodku, ale už sa naň pripravujem, momentálne mám voľné pracovné tempo. Mojou vášňou je čítanie odbornej literatúry. Veľmi rada tiež chodím na prechádzky do parku. Som priaznivec Ostravského debatného klubu seniorov, kam chodievam na pravidelné schôdze a pomáhám organizovať záujmovú činnosť nielen pre seniorov z Ostravy.

**Antonín Bělik, 76 rokov, baník**

Mojím obľúbeným programom na voľné chvíle sú prechádzky po okolí s manželkou. Nakupujeme, rozprávame sa o živote a o deťoch. Samozrejme rád pozerám televíziu, mám vytipované obľúbené programy, ako sú Rady ptáka loskutáka či športové prenosy. Keď mám čas, chodím chytať ryby a každý deň tiež lúštim krížovky.

**Zuzana Horáková, 68 rokov, vedúca logistiky**

Väčšinu svojho voľného času trávim profesionálnou opaterou detí v predškolskom veku. Momentálne sa starám už druhým rokom o malého Petka každý deň od deviatej do druhej

poobede. Deti milujem a niečo si popri dôchodku takto aj zarobím. Dvakrát do týždňa cvičím jogu pre seniorov a raz za čas chodíme s manželom plávať.

### **PhDr. Juraj Hon, 83 rokov, sociológ**

Ja toho voľného času zas tak veľa nemám. Stále sa snažím byť proaktívny, učím sa pracovať s internetom, na pláne mám väčšinou veľa stretnutí, vymýšľam vlastné projekty a zatiaľ sa mi to úspešne darí. Rád by som napomohol k rozvoju mesta a regiónu preto tak vyzerajú aj moje aktivity. Teším sa, keď naozaj budem môcť odísť „do dôchodku“.

## **4.4 Editorial**

### **Len aby sme nezostarli**

Staroba. V dnešnej spoločnosti nežiaduci fenomén. Snáď nikto nechce byť starý. Ženy si utrácajú peniaze za to, aby im do pórov na tvári lekári v luxusných medicínskych centrách vpichovali umelú hmotu, muži vykupujú autosalóny a premávajú sa v smiešne malých alebo smiešne veľkých nablýskaných mašinách.

Slávny americký editor a divadelný kritik George J. Nathan raz povedal: „Keď starnú ženy, stále viac a viac sa spoliehajú na kozmetiku. Keď starnú muži, stále viac a viac sa spoliehajú na svoj zmysel pre humor.“ Vyjadril tým pravdu, ktorá už platila pred takmer sto rokmi. A snáď ešte aj dávnejšie.

Seniorský vek je odo mňa momentálne vzdialený míľovými krokmi. Aj tak mi snáď dovolíte konštatovanie, že nie je úplne najľahšou časťou nášho života. Aké sú vlastne výhody starnutia? Človek má rozhodne veľa voľného času. Ale dokáže ho naozaj plnohodnotne využiť? Aby som to zistila, vyšla som do ulíc a spýtala som sa našich seniorov, ako so svojim voľným časom narábajú. Výsledky ma veľmi neprekvapili. Záhradkárstvo, televízia, domácnosť, knihy.

Hľadáme teda ďalej. Výhodou by mohla byť veľká a šťastná rodina. Ibaže čo z toho človek má, keď majú všetci svoj uponáhľaný život a starých rodičov prídu pozrieť raz, dva krát do mesiaca? Dobrá vec na starobe je, že ak ste zmätení či hovoríte mimo tému, nikto vám to nebude mať za zlé a každý sa len chápavo pousmeje.

Starnutie asi skutočne nemá veľa pozitív. Áno ľudia, naozaj by sme mali zostať navždy mladí a krásni. Ved' o to dnes v spoločnosti ide. Pracovať a pracovať, mať perfektnú zaopatrenú

rodinu a pritom sa stále usmievať a vyzerat' ako tí ľudia v televízii. Nevadí, že oni „na to“ majú celé pracovné tímy. My to musíme zvládnuť tiež!

Ešte jedna vec na zamyslenie ma však napadá. Nezdá sa vám, že až príliš veľa ľudí, ktorí skutočne zmenili svet, boli starí? Vezmime si napríklad Alberta Einsteina. Ten mal kopu šedivých vlasov a aj tak je pre nás symbolom inteligencie a snaživosti. A čo taký pápež? Videli ste niekedy mladého pápeža? Ja teda rozhodne nie a myslím, že ani cirkev by to nikdy nedovolila. Presne preto, prečo nemôže byť mladý ani prezident republiky. Pretože nemá skúsenosti, nie je vyzretý, nemá potrebný pohľad na vec. O to tu ide. Možno by sa nad tým mali zamýšľať plastickí chirurgovia a šéfredaktori módnych časopisov. A možno nie.

## ZÁVER

Cieľom bakalárskej práce bolo zistiť a popísať úroveň životných pomerov seniorov v ČR nielen čo sa týka ekonomickej stránky ich života, ale najmä možností využitia svojho voľného času a rozvoja vlastnej osobnosti. Závbery zistení mali byť interpretované ako porovnanie s pomerne optimistickou hypotézou z ktorej vyplývalo, že seniori v ČR majú dostatok možností pre aktívne využitie svojho voľného času. Podľa očakávaní sa táto hypotéza naplnila. Z internetových, časopiseckých, knižných aj osobných zdrojov sme zistili, že seniori môžu svoj voľný čas tráviť nielen psychickým, ale aj fyzickým rozvojom. V meste Ostrava je pre seniorov organizovaných mnoho kurzov, ktoré títo majú príležitosť navštevovať za primerané poplatky. Ako príklad môžeme uviesť kurzy jogy pre seniorov, či tanečné hodiny pre staršie manželské a partnerské páry, pokiaľ sa zameriame na zlepšovanie fyzickej kondície staršej generácie. Ak zacielieme na nadobúdanie a obnovovanie vedomostí, motorických schopností či dobrej psychickej kondície starších generácií, mali by sme uviesť ako príklady kurzy cudzieho jazyka, výtvarných dielní či prednášky odborníkov a možnosti vzdelávania sa na Univerzitách tretieho veku. Príležitosti k utužovaniu sociálnych kontaktov a tráveniu voľného času komunitným životom poskytuje aj členstvo v početných kluboch seniorov, ktorých je na území mesta Ostravy a jej okolia takmer štyridsať. Každý z nich má samozrejme iné zameranie a počet pravidelných návštevníkov, pričom v bakalárskej práci bolo popísané len určité množstvo z nich s prihliadnutím na lokálne hľadisko a individuálne kritérium zaujímavosti ponúkaných programov.

Ďalšou, avšak nemenej dôležitou úlohou práce bolo analyzovať stav mediálnej gramotnosti v Českej republike s prihliadnutím na staršiu generáciu a naznačiť dôležitosť rozvoja tejto gramotnosti u seniorov. Bolo zistené, že stav mediálnej gramotnosti v ČR sa značne zlepšuje. Môže za to hlavne zavedenie povinnej výučby mediálnej výchovy na úrovni základných škôl od roku 2007. Táto výchova sa stala buďto samostatným predmetom, alebo súčasťou vyučovania iných predmetov, ako sú napríklad občianska náuka či český jazyk. Školenia mediálnej gramotnosti sa organizujú taktiež pre učiteľský personál základných a stredných škôl, či pre skupiny občanov pracujúcich v korporátnej sfére. U týchto skupín sa povedomie o médiách a ich procesoch podľa výskumov zvyšuje, aj keď samozrejme existuje ešte široké spektrum zatiaľ neosvojených vedomostí o zábavnom priemysle.

Tento pozitívny trend sa nedotýka staršej generácie obyvateľov. Podľa výskumu Stav mediálnej gramotnosti v ČR z mája roku 2011 jasne vyplýva, že seniori sú znevýhodnení

hlavne neznalosťou internetu, kde v dnešnej dobe mnoho dôležitých mediálnych procesov prebieha, ako aj prílišnou dôverou vo svet médií. Paradoxom pritom je, že mnohé médiá o staršej generácii produkujú obsahy s negatívnym podtextom. Nezameriavajú sa na aktivity seniorov, pozitívne starnutie či ich kultúrne vyžitie, ale poväčšine skôr na tematiku kriminality, dôchodkového poistenia či nedostatočnej zdravotnej starostlivosti. Aj tieto obsahy posilňujú negatívny názor spoločnosti na seniorov, teda tzv. demografickú paniku.

V zámere zabrániť podobnému správaniu médií voči ich pravidelným konzumentom bola v bakalárskej práci vytvorená zjednodušená koncepcia kurzu mediálnej výchovy pre seniorov. V ČR do odovzdania bakalárskej práce podobná inštitúcia nezačala svoju činnosť a preto sme vychádzali z osnov mediálnej výchovy určených pre školy vytvorených Výskumným ústavom pedagogickým v Prahe. Považovali sme pritom za nevyhnutné, aby seniori, tak isto ako žiaci, prechádzali ôsmimi teoretickými okruhmi zameranými nielen na teoretické vedomosti, ale aj praktické zručnosti týkajúce sa mediálnej sféry. Podľa plánov by spomínané okruhy vytvorili priestor pre desať výukových hodín mediálnej výchovy, ktoré by boli spracované do kurzu v celkovom kontinuálnom trvaní desať týždňov, teda dva a pol mesiaca. Počas tohto času by sa seniori v stručnosti zoznámili s rolou médií v informačnej spoločnosti, s históriou žurnalistiky, dozvedeli by sa nové informácie o mediálnej produkcii, public relations, žurnalistických žánroch, politike v médiách, spôsoboch manipulácie a skresľovania informácií. Praktickým výstupom kurzu sa má stať jedno vydanie amatérského média, ktoré by však malo mať všetky prvky toho profesionálneho. Seniori by si tak mali v závere vyskúšať všetky svoje teoretické vedomosti v praxi.

Kurz bol prispôbený podmienkam zodpovedajúcim požiadavkám trhu čo sa týka jeho ceny, primeranej propagácie, konkrétnych požiadaviek na technické vybavenie ale aj na jeho profesionálneho lektora.

## ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

BUERMANN, Uwe. *Jak (pře)žít s médii*. Hranice: Fabula, 2009. 140 s. ISBN 978-80-86600-58-1.

COHEN, Stanley. *Folk Devils and Moral Panic: The creation od Mods and Rockers*. Routledge, 2002 (third edition). 224 s. ISBN 978-0-203-82825-0.

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Senioři: procentuální zastoupení populace ve věku 65 let a více v jednotlivých státech Evropy v roce 2011* [online]. ČSÚ, 2011 [12.2.2014]. Dostupné z: <http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/seniori>.

EUROPEAN UNION. EUROSTAT: *Active ageing and solidarity between generations* [online]. EUROSTAT [7.3.2014]. Dostupné z: [http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY\\_OFFPUB/KS-EP-11-001/EN/KS-EP-11-001-EN.PDF](http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY_OFFPUB/KS-EP-11-001/EN/KS-EP-11-001-EN.PDF).

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *České ošetřovatelství 10: Manuálek sociální gerontologie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2002. 72 s. ISBN 80-7013-363-5.

HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Volnočasové aktivity pro seniory*. Praha: Grada, 2013. 96 s. ISBN 978-80-247-4697-5.

HUDÁKOVÁ, Anna a Ludmila MAJERNÍKOVÁ. *Kvalita života seniorů v kontextu ošetřovatelství*. Praha: Grada, 2013. 128 s. ISBN 978-80-247-4772-9.

HUDÁKOVÁ, Anna, MATULOVÁ, Dagmar a Darina MUDRÍKOVÁ. *Senior versus ageismus. Prevence úrazů, otrav a násilí* [online]. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta, 2011; VII (2), str. 192-198. ISSN 1804-7858 [4.2.2014]. Dostupné z: <http://casopis-zsfju.zsf.jcu.cz/prevence-urazu-otrav-a-nasili/administrace/clankyfile/20120514102807873698.pdf>.

JIRÁK, Jan a Radim WOLÁK (ed). *Mediální gramotnost: nový rozměr vzdělávání*. Praha: Radioservis, 2007. 152 s. ISBN 978-80-86212-58-6.

KALMUS, Jaromír. *Příjmy a životní podmínky domácností starobních důchodců* [online]. ČSÚ, 2012 [12.2.2014]. Dostupné z:



[http://www.czso.cz/csu/tz.nsf/bce41ad0daa3aad1c1256c6e00499152/cc3022aee9082cfec12579d8002aad25/\\$FILE/%C4%8CS%C3%9A%20CERGE-EI%20Kalmus.pdf](http://www.czso.cz/csu/tz.nsf/bce41ad0daa3aad1c1256c6e00499152/cc3022aee9082cfec12579d8002aad25/$FILE/%C4%8CS%C3%9A%20CERGE-EI%20Kalmus.pdf).

KROUŽELOVÁ, Dana. *Příručka mediální výchovy pro gymnázia* [online]. Pardubice:

Koalice nevládek Pardubicka, o. s., 2010 [15.1.2014]. Dostupné z:

[http://www.mediasetbox.cz/data/\\_text/000004/prirucka-medialni-vychovy.pdf](http://www.mediasetbox.cz/data/_text/000004/prirucka-medialni-vychovy.pdf)

MCCONATHA, Jasmin Tahmaseb et al. Description od older adults as depicted in magazine advertisements [online]. *Psychological reports* (85): 1051-1056. West Chester university: 1999 [6.3.2014]. Dostupné z:

<http://www.amsciepub.com/doi/abs/10.2466/pr0.1999.85.3.1051?journalCode=pr0>.

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ. *Kvalita života ve stáří: národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012* [online]. MPSV [5.2.2014]. Dostupné z:

[http://www.mpsv.cz/files/clanky/5045/staruti\\_cz\\_web.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/5045/staruti_cz_web.pdf).

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ. *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013-2017* [online]. MPSV [5.2.2014]. Dostupné z:

[http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III\\_vlada\\_\\_Akni\\_plan\\_staruti\\_.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada__Akni_plan_staruti_.pdf).

MÜHLPACHR, Pavel a Miroslav BARGEL, ml. *Senioři z pohledu sociální pedagogiky*.

Brno: Istitut mezioborových studií, 2011. 146 s. ISBN 978-80-87182-21-5.

MÜHLPACHR, Pavel. K problematice vzdělávání seniorů. In ŘEHULKA, Evžen a Oliva ŘEHULKOVÁ. (eds) *Učitelé a zdraví 4*. Brno: Host, 2002.

PERNES, Zdeněk. Diskriminace seniorů z pohledu Rady seniorů ČR. In *Postavení a diskriminace seniorů v České republice*. Praha: MPSV, 2006. ISBN 80-86878-52-X.

PETRUSEK, Miloslav et. al. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum, 1996. 1627 s. ISBN 80-7184-310-5.

RADA PRO ROZHLASOVÉ A TELEVIZNÍ VYSÍLÁNÍ. RRTV: *Stav mediální gramotnosti v ČR, výzkum úrovně mediální gramotnosti obyvatelstva nad 15 let* [online]. Praha: 2011.

RRTV [15.1.2014]. Dostupné z: <http://www.rrtv.cz/cz/static/prehledy/medialni-gramotnost/vysledky-studie-15-plus.pdf>.

RAPANTOVÁ, Lucie. *Ekonomické důsledky populačního stárnutí se zaměřením na Moravskoslezský kraj*. Ostrava, 2011. Diplomová práce. Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava, Fakulta ekonomická, Katedra ekonomické žurnalistiky.

ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. 1. vydání, Praha: Portál, 2009. 207 s. ISBN: 978-80-7367-551-6.

ŠIMOVÁ, Eva. Kvalita života seniorů. In DŽUKA, Ján. *Psychologické dimenzie kvality života*. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove, 2004. s. 128-137. ISBN 80-8068-282-8.

VIDOVIČOVÁ, Lucie a Ladislav RABUŠIC. *Věková diskriminace – ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh*. Praha, Brno: VÚPSV, 2005. 54 s. Výsmkumné správy.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, vek a diskriminace – nové souvislosti*. Brno: Masarykova univerzita, Mezinárodní politologický ústav. 2008, 233 s. ISBN 978-80-210-4627-6.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Mediální analýza obrazu seniorů* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2005 [25.2.2014]. Dostupné z: <http://www.spvg.cz/medialni-analyza-obrazu-senioru/>.

VÝSKUMNÝ ÚSTAV PEDAGOGICKÝ. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* [online]. VÚP, 2005 [6.2.2014]. 91 s. ISBN 80-87000-02-1. Dostupné z: [http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV\\_2007-07.pdf](http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf).

WORLD HEALTH ORGANISATION. *Active ageing makes the difference* [online]. WHO: Global Movement for Active Ageing: 2001 [cit. 12.2.2014]. Dostupné z: [http://www.who.int/ageing/publications/alc\\_embrace2001\\_en.pdf?ua=1](http://www.who.int/ageing/publications/alc_embrace2001_en.pdf?ua=1).

AKORD!!! [online]. Ostrava: MARF – reklamní agentura, grafické studio a tvorba webových stránek, © 2013 [7.3.2014]. Dostupné z: <http://dk-akord.cz/program-kurzy/kurzy/>.

Centrum kultury a vzdělávání Moravská Ostrava [online]. Ostrava: Centrum kultury a vzdělávání Moravská Ostrava, příspěvková organizace – Sokolská tř. 26, 702 00 Ostrava 1, © 2010 [9.3.2014]. Dostupné z: <http://www.ckv-ostrava.cz/>.

*Centrum pro rodinu a sociální péči: podporuje manželství, rodinu a mezilidské vztahy na základě křesťanských hodnot* [online]. Ostrava: Centrum pro rodinu a sociální péči, (c) 2014 [7.3.2014]. Dostupné z: <http://rodina.prorodiny.cz/seniorske-aktivty/>.

*Charita Ostrava* [online]. Ostrava: Charita Česká republika, © 2014 [7.3.2014]. Dostupné z: <http://ostrava.caritas.cz/seniori/komunitni-centrum-pro-seniory-gabriel/>.

*Ekonomická fakulta VŠB – TUO* [online]. Ostrava: VŠB-TU Ostrava, © 2014 [7.3.2014]. Dostupné z: <http://www.ekf.vsb.cz/u3v/cs/o-nas/>.

*Kulturní zařízení Ostrava – Jih: příspěvková organizace* [online]. Ostrava: Kulturní zařízení Ostrava-Jih, příspěvková organizace, 2011 ©[9.3.2014]. Dostupné z: <http://www.kzoj.cz/cz/page-o-nas/>.

*Ostravská univerzita v Ostravě* [online]. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, © 2006 - 2014 [7.3.2014]. Dostupné z: <http://www.osu.cz/index.php?kategorie=14>.

## ZOZNAM SKRATIEK

ČR	Česká republika
ČŠÚ	Český statistický úrad
Kč	Česká koruna
KLAS	Klub aktívnych seniorov
OECD	Organizácia pre hospodársku spoluprácu a rozvoj
OSN	Organizácia spojených národov
RRTV	Rada pre rozhlasové a televízne vysielanie
RVP ZV	Rámcový vzdelávací program pre základné vzdelávanie

## PRÍLOHY

Príloha č. 1 Témy, pomôcky a technické vybavenie pre jednotlivé lekcie kurzu mediálnej výchovy pre seniorov

	Náplň lekcie	Pomôcky	Technické vybavenie
1.	Úvod do problematiky mediálnej výchovy a mediálna gramotnosť		
2.	Rola médií v informačnej spoločnosti	Novinové a časopisecké články, nahrávky televíznych reportáží	Počítač, poprípadne meotar či dataprojektor, reproduktory
3.	Public relations a reklama	Rozmnožené reklamné obrázky, spoty, PR články, ukážky skrytej reklamy	Noviny, počítač poprípadne meotar či dataprojektor, reproduktory
4.	Masová komunikácia a žurnalistika	Rozmnožené ukážky rôznych žurnalistických žánrov (v tlačenej či internetovej podobe), ukážky rozhlasového/televízneho vysielania verejnoprávneho a súkromného/bulvárneho média	Noviny a časopisy, počítač, poprípadne dataprojektor, reproduktory
5.	Mediálna produkcia	Ukážky mediálnych produktov (filmu, knihy, fotografie, webovej stránky,...)	Počítač, dataprojektor, prípadne reproduktory
6.	Vizuálna komunikácia	Ukážky vývoja niektorých značiek a ich vizuálnych štýlov,	Počítač, novinové či časopisecké

		ukážky jednotných viz. štýlov rôznych firiem	výstrižky, dataprojektor, reproduktory
7.	Mediálna legislatíva a regulácia v ČR	Rozmnožený prehľad najdôležitejších „mediálnych“ zákonov v ČR, praktické prípady regulácie v médiách	Počítač, dataprojektor
8.	Médiá v politike Dohoda o výstupe	Ukážky mediálnej manipulácie v tlačенých, elektronických či internetových médiách	Noviny, počítač, poprípade dataprojektor a reproduktory
9.	Hravý test, príprava výstupu (vlastného média)	Rozmnožený graficky spracovaný test, rôzne druhy novín a časopisov pre inšpiráciu, papiere, perá,	Fotoaparát, diktafón, počítač, reproduktory, kamera
10.	Dokončenie výstupu (vlastného média) a jeho prezentácia	Pomôcky potrebné na dokončenie vlastného výstupu	Fotoaparát, diktafón, počítač, reproduktory, kamera, poprípade tlačiareň

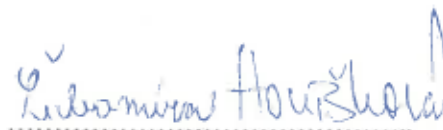
## PREHLÁSENIE

### Prohlášení o využití výsledků bakalářské práce

Prohlašuji, že

- jsem byla seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. – autorský zákon, zejména § 35 – užití díla v rámci občanských a náboženských obřadů, v rámci školních představení a užití díla školního a § 60 – školní dílo;
- beru na vědomí, že Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava (dále jen VŠB – TUO) má právo nevýdělečné, ke své vnitřní potřebě, bakalářskou práci užít (§ 35 odst. 3);
- souhlasím s tím, že bakalářská práce bude v elektronické podobě archivována v Ústřední knihovně VŠB-TUO a jeden výtisk bude uložen u vedoucího bakalářské práce. Souhlasím s tím, že bibliografické údaje o bakalářské práci budou zveřejněny v informačním systému VŠB-TUO;
- bylo sjednáno, že s VŠB-TUO, v případě zájmu z její strany, uzavřu licenční smlouvu s oprávněním užít dílo v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- bylo sjednáno, že užít své dílo, bakalářskou práci, nebo poskytnout licenci k jejímu využití mohou jen se souhlasem VŠB-TUO, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, který byly VŠB-TUO na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše).

V Ostravě 5. 5. 2014



Lubomíra Honíšková